آنچه که زنان دوست دارند بشنوند، ولی مردان نمی گویند



دکتر باب برکوویتز و راجر گیتینز
مترجم: اکرم شکرزاده

به نام خدا

آنچه زنان دوست دارند بشنوند

مردان دوست ندارند بگویند

مترجم: اکرم شکر زاده

برکوویتز، باب - گیتینز، راجر
آنچه زنان دوست دارند بشنوند، ولی مردان دوست ندارند بگویند / باب برکوویتز و راجر گیتینز؛ ترجمه اکرم شکر زاده. -قم: انتشارات ندای الهی، ۱۳۸۹.
۱۶۰ ص.
۲۷۰۰۰ ریال
ISBN: ۹۷۸-۹۶۴-۹۴۶۹۸-۸-۱
فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیپا.
عنوان اصلی
۱. مردان - ایالات متحده - روانشناسی. ۲. جنس مذکر (روانشناسی)- ایالات متحده. ۳. مردان - رفتار زناشویی - ایالات متحده. الف. باب برکوویتز و راجر گیتینز ب. شکر زاده، اکرم. مترجم. ج. عنوان.
۸ آ ۴ ب / ۳ / ۰۹۰ HQ
۳۰۵/۳۱

نام کتاب: آنچه زنان دوست دارند بشنوند ولی مردان دوست ندارند بگویند.
مؤلف: باب برکوویتز و راجر گیتینز
مترجم: اکرم شکر زاده
ناشر: انتشارات ندای الهی
ناشر همکار: ملینا - چاف - سرچشمه پاکان
نوبت چاپ: اول / ۱۳۸۹
چاپخانه: ولیعصر
شمارگان: ۲۵۰۰ نسخه
قیمت: ۲۷۰۰ تومان
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۹۴۶۹۸-۸-۱

قم، پاساژ قدس، شماره ۱۶۹
تلفن: ۷۷۴۷۳۹۶ تلفکس: ۷۸۳۱۰۴۱
پخش برگ: ۰۹۱۲۵۵۳۳۱۳۵ - ۰۹۱۲۵۸۰۶۴۷۳

فهرست عناوین

فصل چهارم
تکبر مردها تعیین کننده است

فصل پنجم
ورزش‌های بزرگ

فصل ششم
بیکار شدن

فصل هفتم
ما نادان هستیم

فصل هشتم
قرار ملاقات

فصل نهم
نقاط کور

فصل دهم
پسرها فقط به رابطه‌ی زناشویی فکر می‌کنند

فصل یازدهم
تعهد

فصل دوازدهم
نقطه ضعف

فصل سیزدهم

ذات خائن مرد

فصل چهاردهم

بازی کلمات

فصل پانزدهم

شاد بودن از آن پس برای همیشه

مقدمه

هر وقت آپارتمانم را ترک می‌کنم سایه‌های قوی جثه‌ای را می‌بینم که با بارانی‌های بلندشان مرا تعقیب می‌کنند. تلفن مرتب زنگ می‌زند. باید بگویم که کسی همه‌ی ایمیل‌های مزخرف من را خوانده است(کارت‌های که همراه نامه هایم بودند گم شده‌اند).

فکر می‌کنم نقابم کنار رفته است. وقت زیادی ندارم آن‌ها به سراغم می‌آیند.آنها؟ اعضای یک گروه سری قدرتمند هستند. سال‌های زیادی را صرف تحقیق درباره مراسم عجیب آن‌ها کرده‌ام و حالا می‌توانم شناسایی شان کنم.

تنها دلخوشی‌ام این است که قبل از اینکه مرا ساکت کنند همه چیز را بگویم. منتظر باشید! صدای شکستن شیشه‌ها را می‌شنوم. لامپها خاموش می‌شوند. صفحه کامپیوترم ناگهان سفید می‌شود. دیگر دیر شده است! آنها اینجا هستند. (گلوله شلیک می‌شود و مرگ)

بفرمائید. این هم خیال‌پردازی پارانویایی. گرچه مردها بسیار مرموز هستند، من نگران مجازات گفتن تمام واقعیات- یا تا جایی که من درک می‌کنم- در مورد چیزها، چراها و دلایل نیمی از انسانها نیستم. در حقیقت زمانی که شروع به نوشتن این کتاب کردم، مردهای زیادی حاضر شدند به من کمک کنند. آن‌ها ساعت‌های زیادی را صرف صحبت کردن در مورد زندگی و علایقشان کردند به این امید که زن‌ها آن‌ها را بهتر درک کنند و شناخت بهتری نسبت به آن‌ها کسب کنند. همکاری‌شان مرا شگفت‌زده کرد،

چون مردها خیلی سخت از پشت دیوار سکوت بیرون می‌آیند، ما به تنهایی صدمه می‌بینیم، به تنهایی امیدواریم، تنها غم می‌خوریم و تنها شادی می‌کنیم. اما انگار خوشبختانه مردها شروع به کنار گذاشتن کلیشه‌هایی کرده‌اند که مدت‌ها خود را در آن اسیر کرده بودند. کابوی دلتنگ، عقاب تنها، شکارچی‌ها و قهرمانان قوی و ساکت. ما هنوز هم در آنچه روسی‌ها گلاسنوست (سیاست فضای باز) می‌نامند، خوب و قوی نیستیم.

سوالهای بی‌جواب زیادی در مورد مردها وجود دارد. و زنها مجبور شده‌اند که به زن‌های دیگر رو بیاورند تا این خلاء را پر کنند مثل آنالیزهای سیا روی پرونده‌های سری و اسکن تعداد زیادی از عکس‌های ماهواره‌ای می‌ماند.زن‌ها، خبرنگاران، روانشناسان، جامعه‌شناسان و منتقدان سیاسی تحقیقات خود را به صورت کتاب یا مقاله‌های مجله درآورده‌اند و در آن مردها را از هر جنبه‌ای بررسی کرده‌اند.

فرض اصلی این کتاب که در مورد مردها است و توسط یک مرد نوشته شده، این است که منابع اولیه هر تحقیقی نشان‌دهنده میزان دقت و درستی آن است و من به عنوان یک روزنامه‌نگار قادر به کسب مستقیم بینش ودانش بیشتری نسبت به موضوع تحقیق یعنی مردها خواهم بود.

فرض بعدی این است که بیشتر خوانندگان من را زن‌ها تشکیل می‌دهند. بعد از کار به عنوان مجری برنامه " امروز" با مخاطبانم آشنا شدم. دو سوم بینندگان برنامه را زن‌ها تشکیل می‌دادند. آنها گزارشات من را می‌دیدند و با دقت به آن گوش می‌دادند و به برنامه نامه می‌فرستادند یا تلفن می‌کردند و همیشه به دنبال اطلاعات بیشتری بودند.

عجیب آن که اطلاعات زن‌ها در ارزیابی تأسیسات دفاعی استراتژیکی - جنگ ستاره‌ها- نسبت به ارزیابی مردها در زندگی‌شان بیشتر است در حالی که تا چند سال پیش فقط تخت‌های دو نفره به طور مساوی تقسیم

می‌شدند و نه چیز دیگری. تبعیض جنسی سالها ذهن زنها را به خود مشغول کرده است و آنها مدام به معایب جدی آن فکر کرده‌اند.

سردرگمی، اضطراب و خشم که بسیاری از افرادی که در تاریکی رها شده‌اند، احساس می‌کنندباعث تنش و عدم درک می‌شود. زن‌ها سعی دارند جواب‌ها را پیدا کنند ولی فقط درجا می‌زنند و دور خود می‌چرخند.

من اولین کسی بودم که در تاریخ اخبار تلویزیون صدای مردها را منعکس کردم و ستونی را در روزنامه "ویژگی پادشاه"[1] به مردها اختصاص دادم. درست همان موقع بود که زنی را ملاقات کردم و او از من پرسید که موضوع کتاب چیست و در مورد چه چیزی است. گفت که دوستی به نام داگ دارد. سالهاست که همدیگر را می‌شناسند و داگ نقش جاسوس آن خانم را بازی می‌کند و تمام اطلاعاتی را که در مورد مردها نیاز دارد از پشت درهای بسته مردها برایش می‌آورد. هر وقت زن به توصیه‌هایی در مورد مردها نیاز دارد او آنجا است: «منظور او چه بود که گفت...؟ چرا...؟ نمی‌فهمدکه ...؟»

مراجعه زنها به من وقتی که نیاز به جاسوسی دارند تا بین مردها برود و با روشهای متفاوت وارد قلمرو مرموز آنها شود، به من لطمه می‌زند. اما حاضرم برای چنین مأموریت دشواری داوطلب شوم-اما نه وقتی مأموریتی غیر ممکن‌است. تجهیزات و سلاح‌های مختلفی وجود ندارد: و من مثل مأمور مخفی که سهل الوصول است عمل می‌کنم.

این وظیفه‌ی سنگینی است، خبرهای خوب و بد زیادی برای گزارش وجود دارد، باید مهارت‌های فریب قاصدها را یاد بگیرید. در صفحاتی که پیش رو دارید چیزهای زیادی در مورد مردها خواهید فهمید. مطالبی را که

1- King Features.

قبلاً نمی‌دانستید و مواردی را کشف خواهید کرد که می‌دانستید ولی حتی خودتان هم نمی‌دانستید که می‌دانید.

فصل‌های زیادی را به مردها و زنها اختصاص داده‌ام و سفرهای مختلفی در آمریکا رفته‌ام تا مطالبی را برای برنامه‌ها، ستون‌های روزنامه و سخنرانی‌هایم جمع‌آوری کنم. مورد لطف و محبت غریبه‌ها (و بسیاری از دوستان) قرار گرفته‌ام که در مورد خصوصی‌ترین مسائل زندگی‌شان با من حرف زده‌اند. اسم‌ها و نام شهرها را تغییر داده‌ام اما داستان‌ها واقعی هستند. خوشی‌ها و ناراحتی‌ها وجود دارند و این شماهستید که تصمیم می‌گیرید چگونه از آن‌ها برای ساختن زندگی‌تان استفاده کنید.

گاهی اوقات از این مطالعات و نکات در سؤال و جواب‌های مستقیم استفاده می‌کنم و این فرصتی به من می‌دهد که وانمود کنم حرف‌های خودم است.

آنچه واقعی است تلاش من به عنوان یک واسطه راستین اطلاعات است. افکار و توصیه‌های محکم و خوبی دارم که آن‌ها را بیان می‌کنم. همان طور که در «نظر» صبح بخیر آمریکا، شبکه فاکس نیوز، سی ان ان و در گردهمایی‌های دیگر گفته‌ام. و در آخر صبر می‌کنم و اجازه می‌دهم تا خوانندگانم فکرشان را سازماندهی کنند.

هر روزنامه‌نگاری با میزان تأکید متفاوتی این سؤال را مطرح می‌کند. چه کسی در چنین جهنمی گیر کرده است؟ جواب این است «خودم»

در شروع همکاری با ان بی سی احساس کردم، انگار وارد اتاق پخش اخبار پنتاگون شده‌ام. متوجه شدم که هیچ گزارشگری برای پوشش اخبار ارتش و جنگ تعیین نشده است. مدت‌ها بود که برنامه «امروز» در برنامه‌های ورزشی، پزشکی، فیلم و سیاست خود به مسائل زنان می‌پرداخت و مردها حتی به فکر اقدامی در این زمینه هم نبودند. به عنوان

یکی از مجریان کلیپ‌های نمایشی، می‌توانستم تغییراتی را به وجود بیاورم.

بعد از مدتها، بالاخره توانستم به عنوان یک نویسنده و گزارشگر مرد به رسمیت شناخته شوم. من یک مرد هستم و از بابت این مسأله خوشحالم، تفاوت بین زن و مرد برایم خوشایند است. همین تفاوت‌هاست که همانند بوته‌ای آتش می‌گیرد و زن و مرد را برای همدیگر جذاب می‌کند.

با تولد هر کسی کارت اعتباری دیگری صادر می‌شود. مادرم در نیویورک پلیس بود. دوست دارم بگویم که مرا در رحم خود حمل کرد و به من یاد داد که دنیا فقط برای مردها نیست. دنیا برای کسی است که سرزنده و دوست داشتنی و آماده‌ی زندگی است.

پدرم هم پلیس بود. او مسیر زندگی‌اش را عوض کرد و روانکاو شد. او نویسنده پرفروش‌ترین کتاب سال (چگونه بهترین دوست خودمان باشیم) شد و من برای نوشتن این کتاب از او الهام گرفته‌ام. مردها و زن‌ها می‌توانند بهترین دوستان هم باشند.

دوست دارم پیرامون مقدمه کتابم بگویم چیزی که روبه‌روی شماست کتاب است نه تلویزیون یا صحنه‌ای از گوشه خیابانی شلوغ در پائین شهر منهتن.

زوج خوشبختی که سوار تویوتای سبزی بودند،گم شده‌اند. مرد که از روی عصبانیت اخم‌هایش را درهم کرده بود، پشت فرمان و همسرش در صندلی کنار راننده نشسته بود. زن که لبخندی به لب داشت نقشه شهر را از پنجره باز ماشین به من نشان داد. با وجود اینکه خیلی شلوغ بود، شنیدم که به دنبال تونل هلند بودند. وقتی سعی می‌کردم که به بهترین وجه مسیر را به آنها نشان بدهم، خانم به سرعت آدرس را روی کاغذ یادداشت کرد. مرد مرتب با رادیو ور می‌رفت و به کارهای بیهوده مشغول بود و تلاشی برای

بیرون رفتن از خیابان‌های پر پیچ و خم و گیج کننده‌ای که سبب عصبانیتش شده بود، نمی‌کرد.

آدرس مشکل نبود باید به راست می‌پیچیدند، چند بلوک پائین‌تر، تونل بود. همین که رفتند با خودم فکر کردم که خیلی از زن‌ها در چنین شرایطی قرار می‌گیرند. بیشتر مردها- حتی خود من که یکی از آن‌ها هستم- نمی‌توانند توقف کنند و آدرس را بپرسند. این برخورد ریشه در اجدادمان دارد که بر پشت اسب سوار می‌شدند.

مطمئن هستم که اگر شما هم به جای آن خانم در تویوتای سبز بودید، همین طور برخورد می‌کردید. آن خانم از هر ابزاری برای التماس، متقاعد کردن و حتی گول زدن آقا استفاده کرده است تا توانسته بالاخره او را متقاعد کند که بایستد تا چند سؤال ساده بپرسد مثل« ما کجا هستیم؟» و «چگونه می‌توانیم از اینجا خارج شویم ؟». این کتاب را برای آن خانم- برای شما و هر زن دیگری که می‌داند به کار بردن روش‌های غلط او را به مقصدش نمی‌رساند، نوشته‌ام.

رفتار خانم‌ها من را یاد لطیفه کشاورز و مرد غریبه‌ای می‌اندازد که دنبال شهر بنگور می‌گردد، کشاورز می‌گوید:«بنگور؟ بنگور می‌خواهی بروی؟ وقتی به انبار قدیمی رسیدی به چپ و یا نه به راست برو» بعد مکث می‌کند و می‌گوید: «از اینجا نمی‌توانی به بنگور بروی.» اگر خواستار یک رابطه قوی و محکم با مردها هستید، اگر می‌خواهید خوشبخت شوید، باید بیشتر در مورد مردها فکر کنید. می‌توانید از همین جا شروع کنید.

فصل اوّل

مردها متفاوتند...

□□□

مردها زمانی به وجود آمدند که بهترین آشامیدنی‌ها و غذاها وجود داشتند.

مردهای لاغر، حساس و خوش لباس بهترین محصول دهه‌ی ۱۹۷۰ بودند. مردانی جذاب. زن‌ها مدتی جذب آن‌ها شدند ولی خیلی زود فراموششان کردند.

رسم و رسوم جامعه روی این محصول نیز تأثیرات زیادی گذاشت. طوری که استانداردهای مردانگی شروع به تغییر کرد و توسط فمنیست‌ها منع گردید و ما به تدریج دو عاملی را که باعث ثبات خانواده‌ها می‌شود، درک کردیم: اهمیت به زنان و گذراندن اوقات مفید با کودکان.

نظرات فراوانی در مورد مردها وجود دارد که بهترین‌ها را انتخاب و مابقی را حذف می‌کنیم فوق العاده نیستیم. بی‌ارزش نیستیم، امّا تغییر کرده‌ایم.

زن‌ها هم تغییر کرده‌اند. به نظر من تغییرات مردها خیلی بیشتر از

تغییرات شما(خانم‌ها) است. ولی مسئله این است که همیشه احساس می‌کنم خانم‌ها تغییرات‌شان را خیلی بررسی می‌کنند و تغییرات مردها را نادیده می‌گیرند. درک این موضوع راحت است. سبک زندگی خانم‌ها کاملاً تغییر کرده است. در مقایسه با خانم‌ها، مردها هنوز در قرون وسطی زندگی می‌کنند. ما هنوز مثل قدیم سر کار می‌رویم و به خانه برمی‌گردیم.

تغییر ارزش‌ها، شرایط اقتصادی و اجتماعی و غیره سبب تغییرات زیادی در خانم‌ها شده است و آنها می‌توانند برخی از تغییرات را به راحتی توجیه کنند ولی بیشتر این تغییرات به اراده‌ی خودشان رخ می‌دهد و تحت کنترل‌شان است. مردها نیز در معرض این تغییرات هستند ولی چون تغییر کردن راحت‌تر از مبارزه با تغییرات است، تسلیم آن‌ها می‌شوند.

در جایی که این تغییرات ضروری نباشد و راحت بتوانند آن‌ها را کنار بگذارند، جدی‌تر برخورد می‌کنند و انعطاف‌پذیری کمتری از خود نشان می‌دهند. مردها به تدریج قدرت‌شان را از دست می‌دهند و تسلیم می‌شوند. در رابطه با این موضوع، بعضی از ما باوقارتر هستیم. محافظه‌کاران معتقدند که نباید پول مساوی برای کار یکسان پرداخت شود. (در مورد دلیلش حرفی نمی‌زنیم) بعضی از ما مردها هم مهمات و اسلحه‌هایمان را برای از بین بردن تغییراتی که برخلاف خواسته‌مان است، کنار گذاشته‌ایم. انتخاب هدف به این موضوع بستگی دارد که چه کسی ماشه را می‌کشد. مرد معتقد است که زن‌ها نباید به کلوپ بروند، جو نمی‌تواند تصور کند که زنی در کاخ سفید باشد، بوروس برای زن‌ها کار نمی‌کند.

زن‌ها شروع به جنگ چریکی علیه تغییرات کردند و مردها در میان شعله‌های این آتش صدمه دیدند چون زن‌ها از قدرت خود برای ادعای حقوق شان خودداری کردند.

برای مثال: پرداخت پول شام. وقتی زن و مردی با هم برای شام بیرون

می‌روند، حتی سرسخت‌ترین فمنیست‌ها هم با مشکل مواجه می‌شوند. موقع پرداخت صورت حساب گویا روح مادر و مادربزرگ هایشان کنترل آن‌ها را درست می‌گیرد، ناگهان دست‌هایشان سست می‌شود و نمی‌دانند که چگونه از این مخمصه فرار کنند. بسیاری از خانم‌ها نمی‌توانند به این ضعف‌شان غلبه کنند و انتظار دارند که مردها هزینه‌ی غذا را پرداخت کنند.

می‌گویند: «او درآمد بیشتری نسبت به من دارد.» اولاً این موضوع اصلاً صحت ندارد. ثانیاً، اگر نامزدتان شما را به ناهار دعوت کند، شک دارم اگر اختلاف قیمتی بین قهوه و دسر وجود داشته باشد او با خود فکر کند که چه کسی باید این اختلاف قیمت را بپردازد.

به نظر می‌آید که این نقش سنتی مردهاست که زن‌ها از آن سوء استفاده می‌کنند. اگر مرد تماس نگیرد، خانم کاری نمی‌کند و اگر او نیاید، خانم دنبالش نمی‌رود.

روبه رو شدن با تغییرات

این بی علاقگی نامتداوم، مردها را گیج می‌کند. هاگ پیمان کار ساختمان است. نامزدی کوتاه مدتی با یکی از مشتری‌هایش داشت که فقط به سه بار ملاقات ختم شد. اولین و دومین ملاقات قابل پیش‌بینی است که صرف شناخت بیشتر نامزدش شد ولی سومی با یک رابطه‌ی گرم شروع شد و پر از قول و قرار بود. تا اینکه هاگ به شرکت کیت (نامزدش) رفت تا او را به شام دعوت کند. از شرکت که خارج شدند، خانم پرسید: «برای شام کجا می‌رویم؟» آقا گفت: «هنوز تصمیم نگرفته‌ام. سوار ماشین که شدیم، تصمیم می‌گیریم.» کیت مدتی حرف نزد. خیلی عصبانی بود. هاگ متحیر شده بود و با خودش فکر می‌کرد که حتماً کیت روز بدی داشته است. هاگ شروع به گفتن ماجراهایی کرد که در محیط کارش اتفاق افتاده بود ولی کیت اصلاً

گوش نمی‌داد. در آخر هاگ پرسید:«آیا اتفاقی افتاده است؟»

کیت گفت:«از من نخواه که بگویم کجا برویم. وظیفه تو است که چنین تصمیم‌هایی را بگیری.»

آن شب آن‌ها در یک فست فود شام خوردند و آن آخرین ملاقات‌شان بود.

فکر کنم بعد از پایان این رابطه که کاملاً برای هاگ غیر منتظره بود، کیت به اتفاقاتی که افتاده بود درست فکر کرد و به این نتیجه رسید که باید به رابطه‌اش خاتمه بدهد. آنچه باعث اتمام دوستی‌شان شد این بود که هاگ بعضی وقت‌ها وظایفش را انجام نمی‌داد.

الگوهای اظهار عشق در ظاهر تغییر می‌کند ولی در واقع، ارزش‌ها و باورها برای مدت طولانی ثابت و استوار باقی می‌ماند و گاهی اوقات تا پایان عمر دوام می‌آورد. کشمکش سبب به وجود آمدن استرس‌های زیادی در زندگی می‌شود و ما زن‌ها و مردها برای رهایی از این استرس، به هر حیله‌ای متوسل می‌شویم. تسلیم نمی‌شویم و زندگی آزادانه رامی پذیریم. تجرد را مخصوص فیلسوف‌ها می‌دانیم و همیشه دیگران را به خاطر مشکلاتمان سرزنش می‌کنیم.

«پنی» خیلی منظم و باهوش است. کوچک‌ترین جزئیات زندگی در یادش می‌ماند ولی«بن» نقطه مقابل اوست. همیشه آشفته است، هیچ چیزی را سر جایش نمی‌گذارد و هیچ وقت قبض‌ها را به موقع پرداخت نمی‌کند. در طول مدتی که با هم زندگی می‌کردند، پنی حساب دخل و خرج خانه را به عهده داشت و این باعث اختلاف شدید بین آن‌ها شده بود، بن خیلی تلاش می‌کرد ولی اصلاح‌پذیر نبود. وقتی پنی از روی بی‌میلی آنجا می‌ماند، می‌خواست به بن بفهماند که اصلاً اوضاع خوبی نیست. همیشه آخر ماه با هم دعوا می‌کردند.

در مورد پنی می‌توان گفت که ریشه‌ی باورها و ارزش‌هایش مربوط به تصورش از مردها می‌شد. شاید پدرش پشت میز شام می‌نشسته است و پول اجاره خانه، صورت حساب‌های ماهانه و باقی مخارج زندگی را حساب می‌کرده است. در نتیجه، زندگی بن با اصول زندگی پنی به عنوان یک زن امروزی ناسازگار بود. او معتقد بود که وظایف باید به طور مساوی تقسیم شود و وظایف نادرستی را همیشه به بن می‌سپرد به این امید که شاید به خاطر او مسیر زندگی‌اش را تغییر بدهد.

دلیل ناسازگاری آن‌ها این بود که بن تا حدودی خودسر و لجباز بود. آن‌ها عاقبت از هم جدا شدند و هنوز هم چک‌های بن برگشت می‌خورد.

هر شخصی وضع و موقعیت خاص خودش را دارد. اینها چیزهایی هستند که دوست داریم همان طور که هستند حفظشان کنیم. شأن هر شخصی می‌تواند با قوی یا ضعیف بودن و از دست دادن فرصتها بهتر یا بدتر شود. متأسفانه به سختی خودمان را با شرایط سازگار می‌کنیم. زمانی که زن و مرد با هم ازدواج می‌کنند، شگفت آور است. همه‌ی تلاشمان را می‌کنیم تا دو شخصیت مستقل از هم را با هم سازگار کنیم. مثل اینکه دوباره به حرف جان کندی در رابطه با تجارت جهانی در دهه‌ی ۱۹۶۰ رسیدیم:«چیزی که برای ماست برای ماست و آنچه که برای شماست قابل داد و ستد است.»

فکر این جمله می‌تواند به خوبی دلیل فاصله‌ی عمیقی را که بعد از پیروزی‌های اولیه بین فمنیست‌ها افتاد، توضیح بدهد. آنها در سال‌های اخیر فعالیت‌های زیادی نداشته‌اند. شاید دلیلش این است که زن‌ها توسط سیم خاردارهای شخصیت اجتماعی‌شان محدود شده‌اند و از آن زمان انتقاد دائم مردها شروع شده است و آن‌ها در بحث‌ها می‌گویند هر آنچه که برای شماست قابل بحث است.»

اصل موضوع

آنه خانمی جذاب و زیباست و او نتوانسته با هیچ کس رابطه‌ی دوستانه‌ی طولانی مدتی داشته باشد، تا اینکه بالاخره با مردی نامزد می‌کند که خیلی با هم سازگار هستند و کنار می‌آیند.

او یک روز به من تلفن کرد و گفت که نامزدش فوق‌العاده جذاب است و او را خیلی دوست دارد. همه چیز عالی است بجز...وقتی کلمه ی (بجز) را خیلی می‌شنوم، حالت تدافعی می‌گیرم.خانم گفت:« فکر کنم به اصول زنانه‌ام پشت کرده‌ام.واقعیت این است که دوست دارم با نامزدم رابطه‌ی بهتر و نزدیک‌تری داشته باشم.»پرسیدم:«آیا این خلاف اصول زنانه است؟»جواب داد:«بله،از نظر ما زن‌ها وابستگی زیاد به مردها اصلا خوب نیست.»

خیلی وقت‌ها به این مسئله فکر می‌کنم،«چرا که نه؟چرا نباید به هم وابسته شویم؟وابستگی یکی از جالب‌ترین چیزهایی است که در رابطه‌ی مرد و زن وجود دارد.»

تفاوت‌ها را جشن بگیریم

نزدیک چهل سال است که با این افسانه زندگی می‌کنیم که زن‌ها و مردها برابر هستند.افسانه کلمه ی اغراق‌آمیزی است و باید بگویم که من از آن برای انتقاد به اصول اولیه ی فمیستی استفاده نمی‌کنم ،اصولی که تاثیرات خوب و بد زیادی روی ما گذاشته است.نمی توانم قبول کنم که جنسیت مساله ی ساده‌ای باشد و فقط شامل تفاوت دستگاه‌ها و اعضای بدن باشد.از گروهی مردهای فمنیست خواستم که تفاوت بین زن و مرد را

توضیح بدهند ولی نتوانستند. از «فیل دوناهو»[1] که برنامه‌های زیادی در تلویزیون در مورد انتقاد و تحلیل مردها پخش می‌کرد خواستم که کلمه‌ی «مردانگی»را تعریف کند و نتوانست.

واقعا تفاوت بین زن و مرد وجود دارد.چرا انکارش می‌کنید؟ما باید برای این تفاوت‌ها ارزش قائل باشیم و مطمئن باشیم که شباهت هایی نیز وجود دارد:هر دوی ما قلب،ریه و...داریم.چیزهایی که شبیه هم هستند حتی در مسائل عاطفی نیز اعتقاد دارم که زن و مرد هر دو خواهان عشق ورزی و دریافت عشق هستند.این چیزها بین همه‌ی انسان‌های کره‌ی زمین مشترک است.

با این حال ما دقیقا مثل هم نیستیم،یکی نیستیم،دنیا را از زاویه ی دید متفاوتی می‌بینیم ،چشم اندازهای متفاوتی داریم.حتی به زبان‌های متفاوتی صحبت می‌کنیم. یکی از دوستان طنز پردازم می‌گوید که به دنیا بصورت کمدی و طنز نگاه می‌کند. وقتی پرسیدم که منظورت از این حرف چیست گفت:«مردم می‌توانند به تمام اشیای اتاق نگاه کنند، تلویزیون، صندلی، لامپ. واقعیت یکی است ولی طرز نگاه هر یک از ما با دیگری متفاوت است.باید تفاوت‌ها را جشن بگیریم.»

اگر نقش مردها را در ذهن مان کمرنگ کنیم،برایمان غریبه می‌شوند و نمی‌توانیم با آنها ارتباط برقرار کنیم و این همان چیزی است که زن‌ها خودشان اعتراف می‌کنند دوست ندارند اتفاق بیفتد.«شر هایت»،در کتاب خودش در رابطه با مردها بخشی دارد که در آن در مورد مردهایی که با فمنیست مخالفند،می‌نویسد.او می‌گوید این مردها باور دارند که زن و مرد حق و حقوق و فرصت‌های مساوی دارند ولی معتقدند که زن‌ها باید زن

1- Phil Donahue

باشند و به مردها کمک کنند که احساس مرد بودن کنند. توصیه‌های کتاب را چندین بار خواندم ولی نتوانستم بفهمم که با احساس ناخوشایند مردها نسبت به تساوی حقوق زنان موافق است یا نه؟ چرا آن نظریه با تساوی حقوق زنان مخالف است؟ چنین نگرشی به کسی ضربه نمی‌زند؛ بلکه کمک هم می‌کند. باید به تفاوت هایی که در شخصیت مان وجود دارد، توجه کنیم. بیائید تبدیل به عروسک‌های کن و باربی یا جسمی غیر قابل تغییر نشویم.

فصل دوّم

اساس مرد

□□□

شاید برای‌تان خیلی غیر منتظره نباشد ولی قرار است روراست باشیم و باید بگویم که:«مردها کاملا می‌توانند نسبت به مسائلی که تاثیر عمیقی روی زن‌ها می‌گذارد بی تفاوت باشند.قبل از اینکه در امواج گوشه و کنایه‌ها غرق شوم،بگذارید بگویم ما عمداً نمی‌خواهیم که سنگدل باشیم.ما خودمان را به آن راه نمی‌زنیم تا از دست گوشه و کنایه‌های شما خلاص شویم.الگوهای رفتاری که زن‌ها را سخت متحیر می‌کند،تحت تاثیر جنسیت ماست.

منظورم این نیست که کرموزوم‌های مادلیل این گونه رفتار هاست و باعث می‌شود سالگرد ازدواج و تولدمان را فراموش کنیم.نکته این است که مردها،زن نیستند.مردها خیلی ساده‌تر از زن‌ها هستند.آنها خیلی راحت‌تر وبی خیال‌ترند.مردها متفاوت هستند. تفاوت‌های شخصیتی مردها بیشتر از تفاوت‌های جسمی شان است.

با گفتن اینکه مردها ساده‌تر از زن‌ها هستند، می‌توانم مانع سوء تفاهم

خانم‌ها شوم. گاهی اوقات معنای یک کلمه دردسر ساز می‌شود. بی خیال می‌تواند به معنی کاهل و ناقص باشد و این همان مفهومی نیست که من می‌خواهم منتقل کنم. منظورم این نیست که به راحت‌طلبی و بی خیالی مان افتخار می‌کنیم. همانقدر که خوب است، می‌تواند بد هم باشد.

بیائید از پیش قضاوت نکنیم و به یک نمونه ی کلاسیک تفاوت زن و مرد توجه کنیم. اسم خانم دبی است و مهارت خاصی در ایجاد ارتباط با همسرش ریچارد دارد. دبی و ریچارد در کالیفرنیا زندگی می‌کنند و زمان زیادی را در ماشین در بزرگراه می‌گذرانند تا به محل کار یا خرید بروند. خانم سی دی مورد علاقه اش -بیلی جول[1]- را در ضبط می‌گذارد و صدایش را بلند می‌کند.

دبی وقتی عصبانی است به نوار بیلی جول گوش می‌دهد. به جای اینکه خودش در مورد عصبانیت اش صحبت کند، اجازه می‌دهد که بیلی جول حرف دل او را منتقل کند.

بیلی جول احساس دبی را در مورد موضوعات پیش آمده بیان می‌کند. برای ریچارد اصلا مهم نیست که خواننده چه می‌گوید و چه پیغامی دارد. او فقط به موسیقی گوش می‌کند؛ خشم دبی که علامت شروع جر و بحث است در مه دود لوس آنجلس گم می‌شود. زمانی که دبی در مورد تکنیک سی دی بیلی جول و عادت ریچارد در عدم توجه به خواننده صحبت کرد، به او تبریک گفتم و واقعاً شگفت زده شدم. اغلب مشکل است که عصبانیت و ناراحتی مان را به کسی که دوستش داریم نشان بدهیم. نظرتان چیست که همیشه از راه‌های غیرمستقیم برای بیان مشکلاتمان استفاده کنیم و رو در رو صحبت نکنیم؟

1- Billy joel.

سی دی بیلی جول ایده ی خوبی بود ولی کارآمد نبود.یک روز من و دبی سوار ماشین شدیم و من آهنگ مورد علاقه‌اش را گذاشتم و گوش دادم.بعد پرسیدم:«دبی،چرا این کار را می‌کنی؟به نظرت او خیلی تیز است؟با سرعت صد و ده کیلومتر در ساعت در بزرگراه رانندگی می‌کند و می‌خواهی که شعر خواننده را هم آنالیز کند.چه کسی می‌تواند این کار را بکند؟به من توضیح بده،من هنوز نمی‌توانم منظور او را بفهمم.چرا فکر می‌کنی ریچارد باید بفهمد؟برایش توضیح بده!»

چیزی که برای دبی کاملاًواضح است برای ریچارد نامفهوم به نظر می‌آید. ریچارد انسان غیر عادی نیست .او فقط یک مرد است.زن‌ها منظور همدیگر را به راحتی می‌فهمند در حالی که بهتر است منظورتان را کاملاً واضح به مردها بگویید.

حقه‌ی مجله‌ی قدیمی

«جیل» ویژگی خاصی داشت که باعث علاقه‌مندی«واین» به او می‌شد.مدت‌ها بود که با هم نامزد بودندو رابطه‌ی خیلی خوبی داشتند و تصمیم گرفته بودند که با هم ازدواج کنند.واین مشکلی داشت و ممکن بود نتواند تا آخر عمر به وظایف همسری اش پایبند بماند.می‌خواست این موضوع را به جیل بگوید.این کار برایش خیلی سخت نبود ولی نمی‌توانست حدس بزند که جیل چه واکنشی نشان می‌دهد.می‌خواست صادقانه با مشکل رو به رو شود.معمولاً در چنین شرایطی نمی‌گویند:«اوه،فکر می‌کنم کسانی هستند که بدشان نمی‌آید دیگران فریبشان بدهند.»موقعیت حساسی بود.

او کاری شبیه ابتکار خلاقانه ی دبی –سی دی بیلی جول–کرد.مجله‌ای در مورد مسائل خانم‌ها خریداری کرد و تست‌های مربوطه را جواب دادو

هر چه به ذهنش می‌آمد،صادقانه نوشت.همه‌ی سؤالاتی را که مربوط به مشکلش می‌شد با دقت پاسخ داد.بعد مجله را روی بالشت تخت جیل گذاشت و منتظر ماند.

واین مثل بیشتر مردها به آن نگاهی انداخت وگفت:«عزیزم،مجله ات را اینجا جا گذاشتی.لازمش داری یا آن را دور بیندازم؟»این انتظار زیادی است که او نکته سنج باشد!در نهایت جیل متوجه شد که باید دل به دریا بزند و مستقیم موضوع را به او بگوید.

روش خوبی بود.جیل کاملاًمتوجه منظور واین نشد و کمی ترسید،واین تا حدودی توانسته بود او را در جریان مشکلش بگذارد و به جیل گفت:«خیلی مطمئن نیستم ولی شاید در آینده نتوانم با تو ادامه بدهم.حداکثر تلاشم را می‌کنم ولی نمی‌دانم که چه اتفاقی می‌افتد.»آنها قرار ازدواج شان را به هم زدند ولی هنوز هم با هم رابطه‌ی خوبی دارند.شاید آنها در آینده دچار مشکل می‌شدند و شاید هم نمی‌شدند ولی صداقت شان باعث شد که همیشه باهم بمانند.

زن‌ها به راحتی علائمی را می‌فرستند و دریافت می‌کنند .ولی مردها نمی‌توانند.چرا؟یک نظریه این است که شاید نقش سنتی مردها در حفاظت از خانواده آنها را ملزم کرده است که چیزها را همان طور که هستند،بپذیرند.غریبه‌ها برای مردها دشمن به حساب می‌آیند و همیشه می‌بایست قبل از آنالیز وضعیت،دست به کار شوند و واکنش نشان دهند.کسی که سرعت عمل ندارد بازنده است.

ریچارد پشت فرمان ماشینش همین حال را دارد و هر لحظه آماده‌ی برخورد با ده‌ها غریبه و دشمن است و نمی‌تواند به آهنگ مورد علاقه ی دبی گوش کند و علائمی را که او از طریق آهنگ می‌فرستد،دریافت کند. برای (واین) مجله فقط یک مجله است نه یک کلوچه ی شانس که تردید

جیل را در مورد ادامه ی زندگی مشترک شان نشان می‌دهد.

دبی و جیل از من خواستند که راهنمایی شان کنم و من گفتم:«اگر مردتان بتواند از هر ده علامتی که برایش می‌فرستید، سه مورد را بگیرد، تبریک می‌گویم خیلی خوش شانس بوده‌اید.»

فرستادن امواج ممکن است با شکست رو به رو شود؛ ولی ارزش تلاش را دارد. از نتایج بر می‌آید که احتمال موفقیت شما پائین است.

اگر به شوهرتان بگویید که در سرتان چه می‌گذرد-«گوش کن،ما مشکلی داریم که دلیلش این است» شاید دعوایتان بشود ولی بهتر از این است که دچار ابهام و سردرگمی شوید.ممکن است او علائم شما را دریافت نکند و حتی به فکرش هم خطور نکند که منظورتان چیست.فرض‌ها و ابهام هایی را که در گذشته در مورد مردها داشتید مرور کنید و ببینید آنها چگونه خودشان را از این ابهامات مبرا کردند،اگر خاطرات گذشته خیلی کمک تان نمی‌کند، آخرین فرض را در نظر بگیرید- شاید شما اشتباه می‌کنید. شاید مشکل از شماست.

اگر چه تحمل مسائل دردناک دشوار است ولی باید این مسائل را با برداشتن گام‌های کوچکی به طرف راه حل به جای جستجوی مقصر،آسانتر کرد تا کمتر صدمه ببینیم.دوبار به روانشناس «نیل نیومن»[1] مراجعه کردم تا ببینم که این راه حل‌های غیرمستقیم با عقیده‌ی من با روراست بودن تناقض دارد یا نه؟ دکتر به من گفت: «نمی‌توان به طور غیرمستقیم گام‌های کوچکی به طرف هدف برداشت و این فقط منجر به حرکتی جزئی در مسیری می‌شود که شما می‌خواهید. هر بار که قدمی هر چند کوچک بر می‌دارید،احتمال اینکه نامزدتان متوجه منظورتان شود و به خواست شما

1- Neal newman.

پاسخ مثبت بدهد،افزایش می یابد.

بگذارید در مورد پنج موردی صحبت کنم که شما را می‌رنجاند.به جای اینکه سعی کنیم تاهمه مشکلات راباهم حل کنیم،بهتر است به نوبت و در زمانی مناسب این کار را کنیم.این کار همت شما را می طلبد.شما که نمی‌خواهید شریک زندگی‌تان را با تقاضاهای مختلف گیج کنید.اگر او احساس خفگی و محدودیت کند و فکر کند که شما می‌خواهید کنترلش کنید، به تقاضاهای شما پاسخ درستی نمی‌دهد.

دکتر گفت: «زوج‌ها اهداف و توقعات خاصی از هم دارند،تنها نیازهای خودتان را ارزیابی نکنید،به نیازها و توقعات همسرتان نیز توجه کنید و ظرفیت او را برای برآورده کردن نیاز هایتان بسنجید.اگر انتظار داشته باشید که شریک‌تان هر چیزی را که هوس می‌کنید سریع برای‌تان محیا کند،به زودی رابطه‌تان مایوس کننده خواهد شد.

دکتر نیومن معتقد است: «البته تقاضای برآورده شدن نیازها و حقوق تان مهم است ولی آیاارزش دعوا کردن دارد.هر چیزی ارزش جرو بحث ندارد.»

«شریک زندگی‌تان دشمن شما نیست، تا زمانی که شما هم پیمان هستید، معقول است که انتظار داشته باشید تا به شما کمک کند تا به اهداف‌تان برسید.»

مشکلات مثل قارچ رشد نمی‌کنند،پس توقع نداشته باشید که با یکبار صحبت کردن رابطه‌ی آسیب دیده‌ی شما بهتر شود.بهتر است آهسته حرکت کنید.به او فرصت بدهید تا روی مشکل و موقعیت شما تمرکز کند.خویشتن نگری،آنالیز و خودشناسی نیاز به زمان و فضائی آرام دارد.

وقتی اوضاع تهدیدآمیز است،مردها سریع آماده‌ی مقابله می‌شوند.از اولین روز بازی در مدرسه ی ابتدایی تا روزی که در تیم فوتبال کالج بودم،

بارها و بارها شنیده‌ام که بهترین دفاع، حمله است.

نقطه‌های تاریک زندگی‌تان را به هم نزدیک کنید،گویا شطرنج بازی می‌کنید. شاید بعضی از آنها چند روز یا چند هفته طول بکشد،قبل از اینکه تلخی‌های زندگی شما را از پا بیندازد،آنها را از بین ببرید.

کلید موفقیت ،زندگی در زمان حال است.موشکافی فیلم فرانسوی خوب است ولی نمی‌توان با یک مرد چنین رفتاری کرد.روراست باشید. هر وقت شک کردید، بپرسید.

آلیسون وکیل است و در شیکاگو زندگی می‌کند ولی به خاطر مسائل شغلی بیشتر وقتش را به مطالعه‌ی «بلک استون» [1] و متون حقوقی دیگر می‌گذراند.او مطالعه ی زیادی در مورد فلسفه و کتاب‌های «پروفسور فلیپ ویلسون» [2] ندارد.جمله ی معروف «هر آنچه در ذهن شماست،تحقق می‌یابد.»باید روی سنگ گرانیکی حک شود.وقتی شوهر آلیسون از او خواست که یک سال از کار پر تنشش مرخصی بگیرد و استراحت کند،آلیسون گمان کرد او می‌خواهد که بچه دار شوند.آلیسون سعی کرد تا خود را آماده‌ی مادر شدن کند ولی هیچ پیامی از دیوید دریافت نکرد.مثل اینکه دیوید بچه نمی‌خواست و فقط از او خواسته بود تا استراحت کند.این سوء تفاهم رابطه‌ی آنها را خراب کرد.

با این همه دیوید سعی کرد تا واقعیت را پنهان کند.فکر کنم اگر آلیسون صادقانه راجع به بچه دار شدن صحبت می‌کرد،بهتر بود.اگر حواسش را جمع کرده بود،صدای تیک تیک ساعت زیستی را می‌شنید.حتماً نباید متخصص مامایی باشید تا بفهمیدکه کی بهترین وقت بچه دار شدن است.آلیسون در نیمه ی سی سالگی قرار داشت ولی دیوید هنوز نمی‌خواست تا با واقعیت

1- Black stone.

2- Flip wilson.

روبه رو شود.او آمادگی پدر شدن را نداشت و حتی نمی‌توانست چنین چیزی را در ذهنش هم تصور کند و راحت‌ترین کار این بود که وانمود کند کار سخت آلیسون باعث استرس و نگرانی او شده است.

خیلی از خانم‌ها به دوره ی نامزدی به عنوان دوره ی قبل از ازدواج رسمی نگاه می‌کنند ولی برای مردها این گونه نیست.برداشت آنها این است که دوره‌ی نامزدی توافقی است و گاهی اوقات حتی فکر ازدواج هم به سرشان خطور نمی‌کند. شاید از مسئولیت‌هایی که به عنوان یک فرد بالغ خواهند داشت،فرار می‌کنند و شاید به دنبال شغل جدیدی هستند که نیاز به تمرکز زیادی دارد و در حال حاضر نمی‌توانند روی هدف اصلی در ایجاد رابطه شان فکر کنند.

دلیلش هر چیزی که باشد،آلیسون و دیوید در برقراری ارتباط با یکدیگر موفق نبودند،سوء تفاهم با این جمله شروع شد«چرا نمی‌آیی رابطه‌مان راکمی بهتر کنیم؟»آلیسون این جمله را عشق ،همکاری‌و بچه دار شدن معنی کرد ولی منظور دیوید این نبود.از یک طرف دیوید حق داشت.او می‌گفت که آنها جوان هستند و باید از زندگی‌شان بدون بچه لذت ببرندولی از طرفی او در مورد آلیسون اشتباه کرده بود.نمی‌توانست زمان را به عقب برگرداند. اگر می‌توانست، دو چیز را عوض می‌کرد: زمان و ساعت بیولوژیکی بچه‌دار شدن را. آن وقت آلیسون می‌توانست به دیوید بگوید که چند سؤال مهم دارد.

به کارهایش توجه کنید نه حرفهایش

مردها نه تنها با سادگی هایشان زن‌ها را آزار می‌دهند،بلکه با صحبت به زبانی متفاوت باعث سردرگمی آنها می‌شوند.این یکی دیگر از دلایل دشوار برقراری ارتباط زن و مرد است.زن‌ها همیشه از من می‌خواهند تا

زبان مردها را ترجمه کنم و این کار ساده‌ای نیست.برای درک یک زبان خارجی باید به لغت نامه و کتاب گرامر مراجعه کنیم و هر مردی فرهنگ جامع جداگانه‌ای دارد و از دامنه ی لغات متفاوتی استفاده می‌کند.

موضوع برایم جالب بود به همین دلیل روی یک کتاب راهنمای مقدماتی کار کردم .جملات و کلمات مردها را با معنی و منظورشان گردآوری کردم.نتایج غیر قابل باور است حرفی که می‌زنند با منظورشان یکی نیست.به نظر من اگر زمانی را صرف فهمیدن معنی کلمات و جملات پر کاربرد مردها کنید،ضرر نمی‌کنید.

لغت نامه ی باب

زمانی که مرد می‌گوید:«بله،بچه‌ها را دوست دارم.» یعنی:«بچه‌ها را دوست دارم ولی آماده‌ی بچه دار شدن نیستم.»

زمانی که می‌گوید:«می توانم روزی را ببینم که ازدواج می‌کنم.» یعنی: «من اهل زندگی‌ام اما حالا قصد تشکیل خانواده ندارم.»

زمانی که می‌گوید:«یک زمانی با زنی زندگی می‌کردم ولی رابطه‌ی ما زیاد دوام نیاورد.» یعنی «من از ایجاد رابطه مشترک زناشویی لذت می‌برم ولی تا به حال چنین چیزی در واقعیت اتفاق نیفتاده است.»

وقتی می‌گوید:«در مورد نامزد قبلی‌ات بگو.» یعنی:«در مورد بازنده و برنده‌ی رابطه صحبت کن.»

وقتی می‌گوید:«رنگ مورد علاقه‌ات چیست؟» یعنی«اگر رنگ صورتی را دوست نداری، بیخودی پولم را خرج نکنم.»

وقتی می‌گوید:«دیشب بازی... را تماشا کردی؟» یعنی «اگر تماشاچی بازی... باشید من بهترین زن را انتخاب کرده‌ام.»

زمانی که می‌گوید:«دوش حمام من شکسته است آیا می‌توانم از مال

شما استفاده کنم؟» یعنی« اگر تو کمکم کنی من هم کمکت خواهم کرد.»

زمانی که می‌گوید:«من در کارم جدی هستم» یعنی« کارم در اولویت است.»

وقتی می‌گوید:«من و همسرم جدا شده‌ایم.» یعنی: «زن سابقم در یک شهر دیگر زندگی می‌کند و من اینجا تنها هستم.»

همین طور زمانی که می‌گوید:«من و همسرم از هم جدا شده‌ایم.» یعنی:« واقعاً طلاق گرفته‌ایم»

وقتی می‌گوید: «می‌توانیم به محل زندگی‌ام برویم ولی کمی نامرتب است.» یعنی: «من نامرتب و بی‌انضباط هستم.»

وقتی می‌گوید: «می‌توانی یکشنبه تنهایی صبحانه بخوری؟ من چند پرونده کاری دارم.» یعنی« به آخر خط رسیده‌ایم و می‌خواهم بازی را تمام کنم.»

وقتی می‌گوید: «شما رانندگی کن.» یعنی: « غذای فاسد خورده‌ام و حالم خوب نیست، می‌ترسم تعادلم را از دست بدهم.»

وقتی می‌گوید:«در مورد این موضوع بعداً حرف می‌زنیم.» یعنی:« موضوع برایم تمام شده است.»

این فرهنگ‌نامه برای شروع خیلی مناسب است. می‌توانید جملات و تجربه‌های خودتان را به آن اضافه کنید. بهتر است مردها را زیر نظر بگیرید و عکس العمل‌هایشان را ثبت کنید. آن‌ها را با کارهایشان بسنجید نه حرفهایی که می‌زنند. این گونه می‌توانید منظورشان را بفهمید. مردها با کارهایی که برایتان می‌کنند، حرف می‌زنند و در درازگویی و حرافی موفق نیستند.

حصار زبان مانع ارتباط می‌شود.

حتی افرادی که مهارت‌های ارتباطی خودشان را تقویت کرده‌اند در رساندن پیغامشان مشکل دارند.«ایان» یکی از بهترین خبرنگاران واشنگتن و عضو گروه روزنامه‌نگاران کاخ سفید بود. این شغلی است که به خاطر ساعت و روزهای زیاد کاری، زندگی خانوادگی خیلی از مردها را نابود کرده است. تعطیلات آخر هفته فرصت خوبی بود. علی رغم همه این مشکلات، «ایان» رابطه خوبی با جسیکا داشت. زیرا او فهمیده بود که وقتی یکشنبه‌ها «ایان» با یک روزنامه زیر بغل به خانه می‌آید، می‌خواهد چیز مهمی را به او بگوید: «ایان» می‌خواهد یکی از بهترین چیزهایش را با او قسمت کند-روز یکشنبه ، بدون هیچ کار، زنگ تلفن و مدیر عصبانی‌ای - یکشنبه تعطیل است و می‌خواهد آن روز را فقط با جسیکا باشد.

جالب اینکه نیازی نمی‌بیند که به جسیکا توضیح بدهد(باعث خوشحالی است چون او دوست ندارد آرامش روز یکشنبه را از دست بدهد و در مورد احساس واقعی‌اش هم حرفی نمی‌زند.) این حرکت برای متقاعد کردن جسیکا در جدیت ایان، کافیست. خیلی بد است که مردها نمی‌توانند احساسات‌شان را به راحتی بیان کنند. صحبت کردن در مورد مسائل باعث کاهش تنش و ناراحتی می‌شود و وضعیت‌های مبهم را واضح و روشن می‌کند. سکوت باعث می‌شود نتوانیم به راحتی با واقعیات روبه‌رو شویم و مثل کبک سر خودمان را زیر برف کنیم. توانایی صحبت کردن زن‌ها در مورد مسائل مهم و احساساتشان که گاهی اوقات برایشان دردناک است، یکی از راه‌های کنار آمدن با واقعیت است. ولی مردها هنوز در سال‌های سکوت و تاریکی به سر می‌برند، می‌توانیم تفاوت فرهنگ را مثال بزنیم.

هیچ مسافر فرهیخته‌ای که از شهر لاپاز عبور کرده است، از بولیویایی‌های آن محل تقاضا نکرده است که انگلیسی صحبت کنند و رسم

و رسوم محلی‌شان را کنار بگذارند.«متمدن باشید. من حتی یک کلمه از حرف‌های شما را نمی‌فهمم. چه بد ساعتی را برای خوردن میان وعده انتخاب کرده‌اید، ما در کشورمان رأس ساعت ۶ شام می‌خوریم، پس شما هم باید این گونه رفتار کنید.»

بومی‌های آن محل نمی‌توانند تغییر کنند، آنهااسپانیولی صحبت می‌کنند و این هماهنگ با نیاز و گذشته‌شان است، سبک زندگی آن‌ها طی چندین قرن شکل گرفته است. این مثال در مورد مردها نیز صادق است. اگر بتوانند به زبان زن‌ها صحبت کنند و به گونه‌ای زندگی کنند که آن‌ها می‌خواهند، زندگی برایشان خیلی آسان‌تر می‌شود ولی مشکل این است که نمی‌توانند.

صداقت در مقابل زبان اشاره

بیائید به سه مثالی که در این فصل اشاره کرده بودیم، نگاهی بیندازیم: آلیسون جملات دبی را اشتباه برداشت کرد و باعث به وجود آمدن مشکلات زیادی شد. چون آنها خواسته‌هایشان را به طور واضح بیان نکردند، دچار سوء تفاهم شدند و به عکس العمل یکدیگر که زبان واقعی‌تری بود، بی توجهی کردند. به عکس‌العمل‌ها که زبان واقعی‌تری بودند. ولی جسیکا که روزنامه‌ی تایمز را در خانه تحویل می‌گرفت، چنین اشتباهی نکرد.

زن‌ها به راحتی می‌توانند از موانع زبانی با گفتن اینکه به دنبال چه چیزی در روابط‌شان هستند، عبور کنند. در مورد نیازهایتان صحبت کنید. همان طور که قبلاً هم گفتم زبان اشاره مؤثر نیست.

شاید تعجب کنید، دست‌تان را به دیوار تکیه بدهید و بپرسید: «مشکل مردها چیست؟ آیا واقعاً نمی‌توانند غیرمستقیم نیازهایشان را بگویند؟» جواب این است:« نه، آنها نمی‌توانند. برای برقراری یک ارتباط ساده که می‌تواند پایه گذار یک رابطه‌ی طولانی مدت باشد، باید به یک زبان صحبت

کنید.

تناقضی در دیدگاه من وجود دارد که احتمالاً پیش از این متوجه شده‌اید. روی سخن من با خانم‌هاست، خانم‌ها نباید اینقدر منفی حرف بزنند. مثال بولیویایی‌ها به ما کمک می‌کند. همان طور که قبلاً هم اشاره کردم، زبانی که زن‌های بومی صحبت می‌کنند، نیاز و خواسته‌هایشان را برآورده می‌کند.

ما به بن‌بست رسیده‌ایم و درمانده هستیم. این طور نیست؟ در صد سال گذشته تغییرات زیادی در زبان زن‌ها و مردها به وجود آمده است. هر دو مثل زبان لاتین از بین رفته‌اند. هدف‌مان این است که زبانی اختراع کنیم که بین زن و مرد مشترک باشد.

دلیلش را نپرسید اما احساس می‌کنم زن‌ها زودتر این زبان را کشف می‌کنند.

اولین چیزی که باید مَد نظر قرار بدهید،این است: ممکن است تصور کنید که او زبان اشاره‌ی شما را می‌فهمد، ولی این طور نیست. وقتی جایگاهتان را مشخص کردید، عکس‌العمل او را خواهید دید.

فصل سوّم

مرد روشن‌فکر

□□□

اگر «وسترن یونین»[1] نباشد مردها دچار دردسر بزرگی می‌شوند.

ما به کسی احتیاج داریم تا پیام‌مان را منتقل کند. کار کثیفی است و ما هیچ وقت یاد نگرفته‌ایم که چطور این کار را خودمان کنیم در نتیجه این پرسش برای همیشه وجود خواهد داشت: «چرا مرد نمی‌تواند راحت باشد و احساسش را به زبان بیاورد؟»

در بسیاری از موارد، او می‌گوید که چه احساسی دارد. بعنوان یک زن باید زیرک باشید و علائم را درک کنید، مردها سیستم تلگرافی خاص خودشان را دارند. کار و مسئولیت ما جهت‌دار است فقط باید کد صحیحی را که رفتار ما را شکل می‌دهد، کشف کنید.

وارن فارل، نویسنده‌ی کتاب« چرا مردها این گونه هستند.» در کتاب خود می‌گوید یک کارگر معدن که دو شیفت در شرایط سخت و

1- Western union.

طاقت‌فرسای معدن در زیر زمین کار میکند تا بچه‌هایش به کالج بروند و زندگی‌شان مثل پدرشان نشود، با زبان کار، عشق خود را به خانواده‌اش نشان می‌دهد. با این کار به آن‌ها می‌گوید که دوستشان دارد. زبان او کارش است.

شاید با توجه به این مثال که در کتاب ذکر شده است، خانم‌ها فکر کنند که وقتی به تفاوت زن و مردها اشاره کردم، منظورم این بوده است که مردها بهتر از زن‌ها هستند.

شاید برداشت شما از کتاب وارن [1] این بوده که زن‌ها فقط حرف می‌زنند و مردها عمل می‌کنند. ولی من اینطور فکر نمی‌کنم. شاید بین یک میلیون مرد فقط یک نفر را پیدا کنید که با چنین نظری موافق باشد. نکته‌ی مهم این است که همیشه باید به عمل مردها نگاه کنیم. باید برای شنیدن حرف‌های مردها سال‌های زیاد و شاید همیشه به انتظار بنشینیم. مرد معدنچی از زنش بهتر نیست فقط متفاوت است.

زن او هم به گونه‌ای دیگر در زندگی نقش دارد ولی موضوع این کتاب مردها هستند و ما می‌خواهیم فقط به آنها بپردازیم. در ۲۵ سال اخیر کتاب‌های زیادی در مورد زن‌ها نوشته شده است، هرکس علاقه‌مند باشد می‌تواند به آن‌ها مراجعه کند. من نمی‌خواهم که زن‌ها و مردها همانجا در گوشه اتاق بایستند تا زمانی که یاد بگیرند چگونه مثل یک خانم یا آقای محترم رفتار کنند. منظور من واضح و مبرهن است. مردها متفاوت هستند و متفاوت رفتار می‌کنند. م – ت – ف – ا – و – ت.

1- Warren Farrell.

همیشه خونسرد باشید

فهمیدن اینکه هدف مردها از ایجاد رابطه‌ی دوستی یا ازدواج چیست کار مشکلی است. شاید به شما بگوید ولی گاهی هم شانس پیداکردن این معما را به خود شما محول می‌کند. به همین دلیل باید زیرک باشید. برای دستیابی به موفقیت باید موانعی راکه باعث مبهم شدن مسأله می‌شوند،از سر راه بردارید. چرا به دنبال توضیح پیچیده‌ای برای مسائل می‌گردید و راه‌حل‌های ساده‌ای را که جلوی چشم‌تان است، فراموش می‌کنید؟ چیزی راکه چشم‌هایتان می‌بینند، باور کنید.

اگر همه‌ی شواهد و نشانه‌ها بگویند که نامزدتان، شما را فقط برای این می‌خواهد که از او مراقبت کنید، خانه را مرتب نگه دارید و غذاهای خوشمزه برای او درست کنید و یک رابطه معمولی و مداوم با او داشته باشید، باور کنید که این‌ها تمام چیزی است که او می‌خواهد.از او نخواهید که با شما روراست باشد و احساسات واقعی خود را بگوید، زیرا او با شما صادق است.

آیا مردها به همین سادگی ارزیابی می‌شوند؟ بله، بعضی از آن‌ها ساده هستند. آیا فکر می‌کنید همه‌ی مردها به زن‌ها این گونه نگاه می‌کنند! نه، این طور نیست، جذابیت‌های بیشتری در رابطه‌ی زن و مرد وجود دارد که بسیار مهمتر از رابطه، شکم سیر و خانه مرتب است. با مثال ناخوشایندی که زدم، سعی می‌کنم تا شما به حداقل چیزی که وجود دارد، فکر کنید.

شاید مرد زندگی شما خیلی پیچیده‌تر از این حرفها باشد و از تکنیک‌های خاص و پیچیده‌ای برای برطرف کردن نیازهایش استفاده کند و احساساتش را پشت خطوط مستقیم و یا در سطوح یکدست پنهان کند. مردها در بیان آسیب‌پذیری‌هایشان محتاط عمل می‌کنند. و چون یکی از طرفین در رابطه و اعتماد کردن شما هستید، به نظرتان پیچیده می‌آیند. ولی

اگر مردها پیچیده نباشند و احساساتشان را به راحتی به زبان بیاورند، بار سنگین حفظ رابطه بر دوش شما می‌افتد.

لامپ و چراغ‌های زیادی در خانه‌ی ما وجود دارد و زمانی که یکی از آنها درست کار نمی‌کند، من از آسان‌ترین راه برای حل مشکل استفاده می‌کنم. چک می‌کنم تا وسیله در برق نباشد، روشن نباشد و اگر لامپش سوخته باشد، تعویضش می‌کنم. ولی اگر در ابتدا فکر کنم که فیوز سوخته یا ترانزیستور و سیم‌های برق دچار مشکل شده‌اند، نتیجه گیری نادرستی از شرایط می‌کنم و باعث می‌شود فکر کنم که باید زمان خیلی زیادی را صرف تعمیر آن کنم و این من را عصبانی می‌کند. برای یافتن جواب این سؤال که «مردها واقعاً چه می‌خواهند؟» باید با مسائل و جواب‌های ساده شروع کنیم. خواسته‌های مردها: عشق، محیط آرام و امن و رابطه‌ای نزدیکتر.

خیلی سخت نیست. تمام چیزهایی که گفته شد دور از دسترس نیست. همه این مسائل قابل بررسی است. هر بنای بزرگی روی زیربنای اصلی ساخته می‌شود. هر توستری به یک پریز ساده وصل میشود.

خوب به نظر رسیدن و خوب نگاه کردن

نادیده گرفتن نیازهای اساسی و اولیه مردان خیلی زود در زندگی تبدیل به یک عادت شد و این از جایی شروع شد که اولین پیراهن را برای جلب توجه مرد زندگیمان خریدیم و بعد هم مدل موهای مختلف، آرایش‌ها و رژیم‌های غذایی جدید آمدند. در نهایت ۹۰ درصد این راه‌حل‌ها با شکست روبرو شدند. بیشتر مردها به کارهایی که همسرشان برای جلب توجه آنها انجام می‌دهند بی‌تفاوت هستند. البته من گفتم بیشتر مردها نه همه‌ی آنها. بیایید این صحنه را تصور کنیم: در یک رستوران شیک در شهر– چهار مرد بیست الی سی ساله در حال خوردن شام هستند و با هم

گفتگو می‌کنند و می‌خندند، ناگهان یک زوج شیک وارد رستوران می‌شوند و در میز کناری آن‌ها می‌نشینند. خانم یک بلوز آبی پوشیده است. چه جالب! مردها به او توجه می‌کنند. آن‌ها به رنگ سایه پشت چشم یا گوشواره طلایی که زن دارد دقت نمی‌کنند. بلکه تنها یک چیز توجه آنها را جلب کرده است، اینکه چه خوب بود اگر آنها هم چنین همسری داشتند. وقتی که زن و مرد می‌خواهند از رستوران خارج شوند، کاملاً به وضوح می‌فهمند که دیگران با دقت به آن‌ها نگاه می‌کنند خانم عصبانی می‌شود و به کسی که در نزدیکترین میز نشسته است رو می‌کند و می‌پرسد: «به چی زل زده‌ای؟» آن خانم در مورد آن‌ها چه فکری می‌کند؟

آن چهار مرد کور نبودند ولی به گوشواره‌ی گران‌بهای او و مدل مویش توجه نکردند. آنها بی‌ادب نبودند. وقتی موضوع زن باشد حس بینایی مردها خیلی قوی کار می‌کند.

خبرها نباید خیلی متعجب‌تان کند. ولی واقعیات زندگی توسط کسانی تغییر می‌کند که مایلند مد،لوازم آرایشی و لیپوساکشن با سرعت بالا را ترویج کنند.

تصور بر این است که می‌توان مردها را با یک جراحی بینی و اندامی لاغر جذب کرد.آیا واقعاً آرایشگرها،جراحان پلاستیک و یا پزشکان تغذیه ی میلیونر راه گشا هستند؟

نکته‌ای که فراموش شده این است :مردها،زن‌ها را در هر شکلی که باشند،دوست دارند.

عکس‌العملی متقابل به آرایش

مشکل از زمانی شروع شد که ما همه‌ی مسائل را با هم قاطی کردیم.خانم‌ها به سوی آرایش و مُد پرستی رفتند و با این کار خود فقط جیب افراد فرصت طلب را پر کردند.آیا آنچه مردها را تحت تاثیر قرار داده است ،زیبائی هایی است که زن‌ها از طریق شرکت‌های مُد کسب کرده‌اند.

با خانمی صحبت می‌کردم که عقیده داشت،اهمیت به آرایش بخشی از توطئه ی مردها برای ستم به زن هاست.شنوندگان که نود و نه درصد خانم بودند با داد و فریاد نظر او را رد کردند.

به طور غیرمستقیم او نظر من را تائید می‌کرد.اگر خانمی برای جلب توجه مردها هزاران دلار و ساعت را صرف آرایش خود کند،در حق خود ظلم کرده است – ستمی که عامل آن مردها نیستند بلکه توقعاتی هستند که هرگز ارضاء نشده‌اند.ستم امید بر تجربه .خانم‌های ساده و بی تجربه با این ادعا که مردها مقصرند،چند قدمی فراتر رفته‌اند چون در واقع مردها اصلاً اهمیتی به این موضوع نمی‌دهند.(و از مردان بسیاری شنیده‌ام که معتقدند زن‌ها بیش از حد آرایش می‌کنند.) مردهای زیادی را دیده‌ام که اعتراف می‌کنند بهترین رابطه را با زن هایی داشته‌اند که خیلی زیبا نبوده‌اند و یا لباس‌های خیلی شیک نمی‌پوشیدند ولی خیلی جذاب و دلربا بودند.

این خانم‌ها یک ویژگی مهم دارند.آنها توجه شان را روی موضوع اصلی یعنی رابطه‌ای موفق با یک مرد متمرکز کرده‌اند و خودشان را از استبداد «مردها اینگونه‌اند پس باید...»رها کرده‌اند.

پوست و استخوان

دستگاهی در باشگاه‌های ورزشی وجود دارد که واقعاً کشنده است.این دستگاه برای سفت کردن ماهیچه‌های شکم طراحی شده است.دو هفته هر

روز دوستم رابین روی آن دستگاه می‌دوید و واقعاً رنج مـی‌کشید. چـرا؟ می‌خواست برای تعطیلات به کاریبین[1] برود و باید چند کیلوئی وزن کم می‌کرد.او زیبا به نظر می‌آمد اما چند کیلو اضافه وزن دغدغه ی فکری او شده بود.

مردها نسبت به مسائلی مثل زیبائی و مُد ایمن شده‌انـد و حسـاسیت کمتری به چاقی نشان می‌دهند در حالی که زن‌ها به دنبال رژیم‌های غذایی سخت می‌روند و خودشان را عذاب می‌دهند و این در حالی است کـه در بهترین شرایط،رژیم‌های غذایی قابل تامل هستند و در شرایـط نـامناسب سلامتی را به خطر می‌اندازند.خوب است که کمی کاهش وزن داشته باشیم اما خانم‌های بی اشتها جذاب نیستند.

رسانه‌ها خانم‌ها را به خرید کالاهای زیادی ترغیب کـرده‌انـد.مـردان زیادی هستند که خانم‌های چاق را دوست دارند.

ابتدا باید در نظر بگیرید که چه چیزی برای سلامتی شما مفید است.چاق بودن برای سلامتی مضر است؛آن را توصیه نمی‌کنم.اما لاغری بیش از حد هم خوب نیست.

دیده‌ام که وقتی زنی ایستاد و اعلام کرد کـه ۴۸ کـیلو وزن کـم کـرده است،حضار با صدای بلند تشویقش کردند.انگار کاری اخلاقی و دلیرانـه کرده بود.انگار چاقی ننگ آور است و هر کس که لاغر و استخوانی نباشد جزء شهروندان درجه دو به حساب می‌آید.

دید مردم عوض شده است و دهها سال است که افرادی را می‌بینیم که در قدیمی ترین مشاغل فعالیت می‌کنند و از ادامه ی آن احساس خطر نمی‌کنند.

1- Caribean.

گوش هایتان را باز کنید

«لئو» یک خانه ی ویلایی دارد که روزهای بارانی آگوست به آنجا می‌رود.او یک کتابخانه ی افسانه‌ای دارد و دوستانش عاشق این کتابخانه هستند،دوست دارند آخر هفتهٔ در آنجا بمانند و کتاب‌های مختلف را ورق بزنند و از هر موضوعی کتاب بخوانند.تابستان،کارلوس -یکی از بهترین دوستان لئو -متوجه شد که هر وقت به خانه ی لئو می‌آید ،کتابخانه پر از بچه است.

کارلوس برای مدتی سکوت کرد و هیچ چیزی نگفت -دندان اسب پیش کشی را نمی‌شمارند -اما بعد مدتی نتوانست جلوی خودش را بگیرد و بلاخره به لئو شکایت کرد.

کارلوس به دنبال لئو به گاراژ رفت.او وقتی عصبانی بود،به گاراژ می‌رفت و روی ماشینش کار می‌کرد.پرسید:«موضوع این کوتوله‌ها چیست؟»

لئو گفت:«نپرس.خیلی دیر شده است؛کاری از دستم بر نمی‌آید.»

لئو با دسته ی پیچ گوشتی روی لاستیک می‌زد. گفت:«آنها کوتوله نیستند.اگر بودند،می توانستیم کنارشان شاد باشیم و خوش بگذرانیم.»وقتی لاستیک ماشینش را باد می‌کرد،چند باری مکث کرد.«آنها اعضاء گروه شستشوی مغزی کاسی هستند.از چهارم ژوئیه من را تحت فشار گذاشته است.از من خواسته تا روز کارگر آنها را در خانه‌ام نگه دارم و مراقبشان باشم.»

کارلوس یادآوری می‌کند که قبلاً دو بار این نقش را بازی کرده است.

او با کنایه پاسخ داد:«واقعاً،انگار پیر شده‌ام ،یادم نمی‌آید.»

کارلوس در مورد فرزندان لئو که حالا تقریباً بیست ساله هستند،صحبت می‌کند و به او پیشنهاد می‌کند که او هم در مرد بچه‌ها با نامزدش حرف بزند.

در آن زمان، ده سالی می‌شد که لئو از همسرش جدا شده بود. لئو گفت:«به دلم افتاده است که او می‌داند.»

او که پنچری ماشینش را گرفته بود،شروع به دست کاری پلاک جلوئی ماشین کرد و گفت:«او می‌داند که من هیچ علاقه‌ای به شروع مجدد ندارم.نمی‌خواهم دوباره بچه دار شوم» کارلوس از او پرسید که آیا تصمیمش را با کاسی در میان گذاشته است. او گفت: «یک بار قبل از اینکه اسباب کشی کنیم، سه روز راجع به این موضوع بحث کردیم.آنقدر خوب همه چیز را به یاد می‌آورم که عیناً می توانم بگویم.«هیچ مشکلی با ازدواج ندارم؛از بچه‌ها بدم نمی‌آید تا وقتی که مال من نباشند»

«جواب نامزدت چه بود؟» لئو گفت:«هر روز پاسخ متفاوتی» داد. روز اول به من گفت که فردی غیر قابل اطمینان و خودخواه هستم.روز دوم گفت که عجله‌ای برای بچه دار شدن ندارد و روز سوم پاسخش این بود«باشد،می‌فهمم-ما بچه نمی‌خواهیم.»

کارلوس اضافه کرد«به نظر می‌آید که باید چیزی بگویم.حرف جدیدی نیست اما مربوط به بحثمان است.»

این مکالمات لئو را عصبانی می‌کرد بنابراین کارلوس سکوت کرد و آنها به خانه رفتند. کارلوس چند دقیقه‌ای در خانه قدم زد و به حرکات بچه‌ها که در خانه در حال بازی بودند،دقت کرد.آنها فقط پنج نفر بودند اما پنجاه نفری به نظر می‌آمدند. کاسی داوطلب شده بود که پرستار بچه‌های دوستانش باشد و کارلوس نگران این موضوع بودکه آیا نظر لئو در مورد شستشوی مغزی درست است یا نه.شاید او فقط می‌خواست غریزه ی سرکوب شده ی مادرانه‌اش را نشان بدهد. کارلوس وقتی می‌رفت از لئو خواست که مستقیماً از کاسی بپرسد که آیا از این روش برای تحمیل ایده‌اش برای بچه دار شدن استفاده می‌کند.

چند هفته بعد،کارلوس ماشین لئو را در پارکینگ مغازه‌های لوازم یدکی دید و منتظر لئو شد تا بیرون بیاد.از دوستش پرسید«دوباره روی ماشینت کار می‌کنی؟»

«در واقع حق با تو بود.رفتن به ساحل آرامم می‌کند.» کاسی بعد از جر و بحث در مورد بچه دار شدن ترکش کرده بود.

کارلس گفت:«این هم از پیشنهاد عالی من،»

«نه خوب بود.فکر می‌کنم ما دوباره به هم رجوع می‌کنیم،و این بار،رو راست‌تر خواهیم بود.دیگر در مورد بچه دار شدن مردد نیستیم.دیگر راجع به این موضوع با این جدیت حرف نمی‌زنیم...یک بار کافی است.کاسی از قبل می‌دانست،فکر می‌کنم فراموش کرده بود و نیاز به یادآوری داشت.»

فصل دوم را دوباره مطالعه کنید تا مطالبی را که فراموش کرده‌اید به یاد بیاورید(خیلی بد شد که کاسی نتوانست این کار را بکند)گفتم که باید با مردها روراست بود.اما اگر دستگاه فرستنده ی شما فقط قادر باشد که پیام‌ها را بفرستد و نتواند آنها را دریافت کند،اتلاف وقت است.

کلید دریافت پیام را بزنید و خوب گوش کنید.این طرز تفکر-او به آنچه می‌گوید اهمیتی نمی‌دهد-قمار وحشتناکی است.اینکه شما فکر کنید که او دیدگاه شما را در آینده خواهد پذیرفت،باعث می‌شود با این تصور که او ارزش چنین ریسکی را دارد،اندوه بسیاری را به خودتان تحمیل کنید و بخواهید شانس تان را امتحان کنید.

افرادی که دقیق هستند و مو را از ماست می‌کشند به خطرات چنین تصوری واقفند-برداشت نادرست-انعکاس رؤیاهایشان و غفلت از واقعیتی ساده و خطرناک.

در آن زمان، ده سالی می‌شد که لئو از همسرش جدا شده بود. لئو گفت:«به دلم افتاده است که او می‌داند.»

او که پنچری ماشینش را گرفته بود،شروع به دست کاری پلاک جلوئی ماشین کرد و گفت:«او می‌داند که من هیچ علاقه‌ای به شروع مجدد ندارم.نمی‌خواهم دوباره بچه دار شوم» کارلوس از او پرسید که آیا تصمیمش را با کاسی در میان گذاشته است. او گفت: «یک بار قبل از اینکه اسباب کشی کنیم، سه روز راجع به این موضوع بحث کردیم.آنقدر خوب همه چیز را به یاد می‌آورم که عیناً می توانم بگویم.«هیچ مشکلی با ازدواج ندارم؛از بچه‌ها بدم نمی‌آید تا وقتی که مال من نباشند»

«جواب نامزدت چه بود؟» لئو گفت:«هر روز پاسخ متفاوتی» داد. روز اول به من گفت که فردی غیر قابل اطمینان و خودخواه هستم.روز دوم گفت که عجله‌ای برای بچه دار شدن ندارد و روز سوم پاسخش این بود«باشد،می فهمم–ما بچه نمی‌خواهیم.»

کارلوس اضافه کرد«به نظر می‌آید که باید چیزی بگویم.حرف جدیدی نیست اما مربوط به بحثمان است.»

این مکالمات لئو را عصبانی می‌کرد بنابراین کارلوس سکوت کرد و آنها به خانه رفتند. کارلوس چند دقیقه‌ای در خانه قدم زد و به حرکات بچه‌ها که در خانه در حال بازی بودند،دقت کرد.آنها فقط پنج نفر بودند اما پنجاه نفری به نظر می‌آمدند. کاسی داوطلب شده بود که پرستار بچه‌های دوستانش باشد و کارلوس نگران این موضوع بودکه آیا نظر لئو در مورد شستشوی مغزی درست است یا نه.شاید او فقط می‌خواست غریزه ی سرکوب شده ی مادرانه‌اش را نشان بدهد. کارلوس وقتی می‌رفت از لئو خواست که مستقیماً از کاسی بپرسد که آیا از این روش برای تحمیل ایده‌اش برای بچه دار شدن استفاده می‌کند.

چند هفته بعد،کارلوس ماشین لئو را در پارکینگ مغازه‌های لوازم یدکی دید و منتظر لئو شد تا بیرون بیاد.از دوستش پرسید«دوباره روی ماشینت کار می‌کنی؟»

«در واقع حق با تو بود.رفتن به ساحل آرامم می‌کند.»کاسی بعد از جر و بحث در مورد بچه دار شدن ترکش کرده بود.

کارلس گفت:«این هم از پیشنهاد عالی من،»

«نه خوب بود.فکر می‌کنم ما دوباره به هم رجوع می‌کنیم،و این بار،رو راست‌تر خواهیم بود.دیگر در مورد بچه دار شدن مردد نیستیم.دیگر راجع به این موضوع با این جدیت حرف نمی‌زنیم...یک بار کافی است.کاسی از قبل می‌دانست،فکر می‌کنم فراموش کرده بود و نیاز به یادآوری داشت.»

فصل دوم را دوباره مطالعه کنید تا مطالبی را که فراموش کرده‌اید به یاد بیاورید(خیلی بد شد که کاسی نتوانست این کار را بکند)گفتم که باید با مردها روراست بود.اما اگر دستگاه فرستنده ی شما فقط قادر باشد که پیام‌ها را بفرستد و نتواند آنها را دریافت کند،اتلاف وقت است.

کلید دریافت پیام را بزنید و خوب گوش کنید.این طرز تفکر-او به آنچه می‌گوید اهمیتی نمی‌دهد-قمار وحشتناکی است.اینکه شما فکر کنید که او دیدگاه شما را در آینده خواهد پذیرفت،باعث می‌شود با این تصور که او ارزش چنین ریسکی را دارد،اندوه بسیاری را به خودتان تحمیل کنید و بخواهید شانس تان را امتحان کنید.

افرادی که دقیق هستند و مو را از ماست می‌کشند به خطرات چنین تصوری واقفند-برداشت نادرست-انعکاس رؤیاهایشان و غفلت از واقعیتی ساده و خطرناک.

نفرین کولی ها

در این کتاب،با خانم هایی مصاحبه کرده‌ام که می‌گویند،نه،نه...خانم‌ها نمی‌خواهند به این حرف‌ها گوش کنند!»آنها با اصل دیدگاه من مشکلی نداشتند و آن رامی‌پذیرفتند.آنها تصور می‌کردند فقط باید چیز هایی را بشنود که قبول دارند و دوست دارند بشنوند.

زمانی که مردها درهای قلبشان را باز می‌کنند و احساساتشان را به زبان می‌آورند-«باشد،از من خواستی حرف دلم را بگویم،موضوع این است»- بعضی از خانم‌ها یادشان می‌رود هدفشان چه چیزی بوده است و فقط حرفهایی را می‌شنوند که با آن‌ها موافق هستند.

شاید یک نفرین قدیمی باشد. مواظب آرزوهایتان باشید، شاید برآورده شوند.

بعضی وقتها خانم‌ها آقایان را مجبور می‌کنند که حرف دلشان را بزنند ولی وقتی آقا شروع به صحبت می‌کند، خانم می‌گوید من اصلاً از مرد حساس و احساساتی خوشم نمی‌آید. مواظب باشید، شاید مرد زندگی شما احساساتی را تجربه کند که شما تمایلی به شنیدن آن نداشته باشید.

روزه‌ی سکوت

وادار کردن مردها به صحبت در مورد احساساتشان کار مشکلی است. باید زبان او را بدانید، مثلاً چشم‌های او نشان می‌دهد که افسرده است یا گیج شده است. باید به تغییرات عمده الگوها و عادت‌های رفتاریش دقت کنید - فرد خوش خوابی که تبدیل به جغد شب شده است و نمی‌تواند بخوابد، فردی که اهل مطالعه است ولی دیگر کتاب نمی‌خواند و یا آدم سرزنده‌ای که کارهای روزانه‌اش را به تعویق می‌اندازد. همه‌ی اینها نشان می‌دهند که مرد مشکلی دارد و رنج می‌برد.

همه ما هنگام گرفتاری انتظار کمک داریم. ممکن است درک تقاضای کمک دیگران سخت و مبهم باشد، اما ملموس است. هنگامی که به چنین تقاضایی واکنش نشان می‌دهید، افق‌های رهایی در مقابل چشمان طرف مقابل‌تان ظاهر می‌شود.

اگر بتواند درهای قلبش را به سوی شما باز کند، خاطر جمع می‌شوید که احساساتش را بی‌کم و کاست بیان می‌کند و به شما کاملاً اعتماد دارد و این خیلی مهم است. آنقدر مهم است که می‌خواهم روی این موضوع خط بکشم و به بحث خاتمه بدهم چون ممکن است فکر کنید منظورم این است که زن‌ها قابل اعتماد نیستند و نمی‌توانند راز مردها را حفظ کنند.

اولین نکته مهم: مردها،زن‌ها را به خاطر اینکه به راحتی می‌توانند با زنان دیگر رابطه‌ی دوستی برقرار کنند،تحسین و به آنها حسادت می‌کنند.زن‌ها به راحتی در مورد مشکلاتشان صحبت می‌کنند و ترس‌ها و آرزوهایشان را به راحتی با یک زن دیگر در میان می‌گذارند.و این خود منبع یک نیروی عظیم است.مردها برای رسیدن به این مرحله نیاز به جرئت، تلاش و شانس زیادی دارند.

دومین نکته‌ی مهم: مردها هنوز غرایز اولیه ی خود را حفظ کرده‌اند.مکانیسم خود دفاعی حتی به بهترین دلایل کنار گذاشته نمی‌شود.به زبان ساده،مردها می‌ترسند که پل متحرک را پائین بیاورند و دروازه را باز کنند.

ولی زن‌ها چنین مشکلی ندارند، مردها مزایای چنین صحبت هایی را درک می‌کنند ولی هنوز نمی‌توانند ترس‌شان را کنار بگذارند.دیگر مردها هم به ندرت از خندق عبور کرده و وارد قلعه می‌شوند.

اگر مردها زن‌ها را قابل اعتماد بیابند،ریسک می‌کنند و صحبت می‌کنند ولی انتظار دارند که زن‌ها استانداردهاو معیارهای آنها را قبول کنند و آن‌ها

را با دوستی‌های زنانه مقایسه نکنند.اگر روزی متوجه شوند یکی از اسرار آنها به شخص ثالثی گفته شده است،برای همیشه دهـانشان را مـی‌بندند و دیگر هرگز باز نمی‌کنند.

سومین نکته‌ی مهم: نمی‌خواهم بگویم که زن‌ها رازدار و قابل اعـتماد نیستند ولی واقعیت این است که مردها این گونه فکر می‌کنند-کـاری بـا درستی یا نادرستی اش نـدارم.مـن نـمی‌توانـم بـا پـاک کـردن صـورت مسئله،مشکل را حل کنم.پیشنهادی برایتان دارم.وقتی به دنبال راهی برای حل مشکل بودم،به نکته‌ی مهمی رسیدم و حداقل می‌توانم تضمین کنم که توجه شما را جلب می‌کند:وقتی غروب به خانه می‌روم،همسرم در مـورد مسائلی صحبت می‌کند که واقعاً شگـفت زده‌ام مـی‌کند.او بـه راحـتی بـا خانم‌های همسایه در مورد همسر،فرزندان و مسائل مالی صحبت می‌کند،در حالی که اگر میلیون‌ها سال هم بگذرد،من نمی‌توانم با یک مرد راجع به این مسائل صحبت کنم.»

درک می‌کنید؟آنچه می بینید در واقع ترس مردهاست.ترسی که شرایط طبیعی زندگی را که وابسته به توانایی دو نفر در ایـجاد ارتـباط در مـورد مسائل مهم دو طرفه است،تحت تأثیر قرار می‌دهد.

ترس اغراق‌آمیز است ولی می‌تواند به خوبی احساس«باری» را بـیان کند .او حدس می‌زند نامزدش در مورد روابطشان بـا دیگـران صـحبت می‌کند.باری عضو گروه فیلمبرداری است.وقتی روی موضوع مردها کـار می‌کردیم همکارم بود.او به من گفت که یکی از تهیه کننده‌ها پیش او رفته و در مورد مشکلات او با نامزدش اظهار تأسف کرده است.ایـن اتـفاق او را شوکه کرده است زیرا او فکر می‌کرده که رابطه شان بسـیار خـوب است و مشکلی وجود ندارد.تهیه کننده نگفت که خبرها را از کجا شـنیده است و باری تمام روز به حرفهای او فکر کرد و به یاد آورد نامزدش با دستیار تهیه

کننده به یک کلاس ایروبیک می‌روند.

باری از اینکه همکارانش از جزئیات زندگی او باخبر شده بودند،بسیار عصبانی بود.با نامزدش صحبت کرد.او گفت که فقط یک مکالمه ی عادی داشته است و فقط به این دلیل با او صحبت کرده است که دستیار تهیه کننده بوده است و بهتر از او مشکلات کاری شوهرش را می‌دانسته است.اتفاق ناخوشایندی به نظر نمی‌آمد؛مشاجره‌ای صورت نگرفت،فقط برای چند ماه موضوع صحبت دیگران شدند و این حرفها انعکاس زیادی پیدا کرد به طوری که تا یک مدت باری هر جا تهیه کننده را می‌دید،می‌خواست که توجیه‌اش کند.

فکر کنم «ترس بیخودی» کلمه ی درستی است.زمانی که جنی به دنبال جواب سؤال مهمی بود،دروازه ی قلب باری بسته شد.می‌خواست بداند که چرا باری ناراحت و افسرده است و خیال دارد از شغلش در تلویزیون استعفاء بدهد.جنی انگیزه ی بدی نداشت ولی کارش باعث شد که محبت و عشق باری را خیلی زود از دست بدهد.

توضیحات ذکر شده کافی است.بعضی از مردها هم زیاد حرف می‌زنند؛در مورد رابطه و زندگی شان لاف می‌زنند،البته هر چه پیرتر می‌شوند، عاقل‌تر و محتاط‌تر عمل می‌کنند.مهم نیست که موضوع صحبت مردها باشند یا زن‌ها.ضرب المثلی می‌گوید«که دانایی توانایی است»؛حالا چه در زمینه ی سیاست باشد یا تجارت و عشق.چگونگی استفاده از اطلاعات، تصادفاً یا آگاهانه قدرتی به وجود می‌آورد که می‌تواند هم ویرانگر باشد و هم سازنده.

قربانی کردن زندگی برای عشق

باری تصمیم گرفت که با جنی صحبت کند چون دلایل خوبی برای این

کار داشت.او نیازمند عشق،حمایت و دلگرمی بود تا بتواند بر احساسات درونی اش غلبه کند. تحمل این گونه مسائل اصلاً راحت نیست.دوست صمیمی می تواند تحمل هر دردی را راحت تر کند.

همیشه بهترین و صمیمی ترین دوستانمان مسئولیت سنگینی را متحمل می‌شوند.از آنها انتظار داریم که صادق باشند.من در مورد صداقت یک پزشک که به بیمارش می‌گوید که سرطان دارد و او را به صبر و شکیبایی دعوت می‌کند یا یک روان درمان‌گر که در مورد یک بیماری لا علاج و فلج کننده هشدار می‌دهد،صحبت نمی‌کنم.برای درک چنین واقعیت های دردناکی باید هزینه های سنگینی بپردازیم

من در مورد صداقتی حرف می‌زنم که بی نظیر است و در نتیجه ی روابط عاطفی زن و مرد شکل می‌گیرد.ما خوبی‌ها و بدی‌های همدیگر را می‌شناسیم و این شناخت است که به صداقت تیغه‌ای برنده می‌دهد.

در مواقع بحرانی،مردها سخت گیر ترین منتقدان خود هستند.دوست نداریم اعتراف کنیم که در شرایط سخت کنترل اوضاع را از دست می‌دهیم و زمانی که موقع روبه رو شدن با واقعیات است، عصبانیت سر تا سر وجودمان را فرا می‌گیرد.در چنین مواقعی تنها چیزی که می‌خواهیم صداقت و عاطفه است.

آنها فقط در وجود شما یافت می‌شوند.

و فقط شما خانم‌ها هستید که می‌دانید مرد متفاوت است. او را می‌شناسید و با توانایی هایش آشنا هستید.مرد برای حفاظت از خود در برابر تنبیه هایی که بر خودش تحمیل می‌کند،نیازمند همین چیزهاست و تنها شما هستید که می‌توانید مثل یک محافظ عمل کنید و نگذارید به خودش آسیب برساند.

چگونه باید از مردها انتقاد کنیم

ایـــن کـــار را نکـــنید.آیـا صـدای بـه هـم فشـردن دنـدانـهایش را نمی‌شنوید؟نصیحت مرا قبول کنید و روش تان را تغییر بدهید.انتقاد نکنید مگر اینکه آمادگی مشاجره داشته باشید.مردها به نصیحت و انتقاد گـوش نمی‌کنند.هورمون آدرنالین شروع به ترشح می‌کند و غریزه ی رقابت فعال می‌شود.

این ویژگی باعث محبوبیت آنها نمی شود اما قول می‌دهم که دلیل این کار را برایتان بگویم و در رسیدن به هدفم موفق نخواهم بود اگر نـتوانـم خانم‌ها را توجیه کنم که این رفتار نشانه ی لوس بودن مردها نیست.

من مثال خوبی برای اثبات این موضوع هستم.انتقاد باعث می‌شود که از کوره در بروم.انتقاد غیرمستقیم در مردها کارسازتر است.

انتقاد غیرمستقیم شخصیت و آرمان ما را به چالش نمی‌اندازد.خودم را فردی قابل اعتماد،دوست داشتنی،امیدوار و ...می‌بینم.زمانی که احسـاس کنم این تصور با چیزی که در واقعیت وجود دارد در تضاد است،ناگهان تمام قول و قرارهـایم را زیـر پـا مـی‌گذارم و آئـینه ی زنـدگی ام شکـاف بـر می‌دارد.این که بعداً چه اتفاقی می‌افتد بسـتگی بـه تـوانـایی ام در حـل مشکلات و روحیه‌ام دارد(نه به نقطه ی قوت بیشتر مردها).

پرخاشگر و رقابت طـلب مـی‌شوم،تـصور شکست هـمیشه در ذهـنم می‌ماند،ضربه‌ای که به تصورم وارد شده است–به قابل اعتماد،امـیدوار و دوست داشتنی بودن–را انکار می‌کنم. در نـتیجه عـصبانی و پـرخـاشگر می‌شوم تا برای حمایت از تصوری که از خود دارم،مبارزه کنم.

روش دیگر حل مشکل، عذر خواهی است. گر چه اصلاً با ایـن روش موافق نیستم چون باعث می‌شود لکه‌ی سیاهی در تصویری که از خودمان داریم،ایجاد شود. زیرا شخصیت مان را دوست نداشتنی و غیر قابل اعتماد

می‌بینیم.رفتار نادرست و انتقادات شما اثر بدی روی شخصیت ما می‌گذارد و آن را خدشه دار می‌کند.

متأسفانه راهی برای رهایی از این تنگنا وجود ندارد.منظورم این نیست که خشم تان را بخاطر حفظ شخصیت او پنهان کنید.ابتدا کمی با خود فکر کنید که هدف شما از انتقاد چیست.اگر پاسخ قانعتان می‌کند ،هر چه دلتان می‌خواهد به او بگویید.

انتقاد از همسر تان در غیابش و در حضور دوستان یا اقوامش می تواند در ابتدا مانع مشاجره بین شما و او بشود اما در واقع این کار به تأخیر انداختن مشاجره‌ای اجتناب‌ناپذیر است.وقتی همسر تان از کس دیگری بشنود که «همسرت فکر می‌کند که بیشتر وقتت صرف کار و ماشین می‌شود و زمان کافی برای با هم بودن ندارید» تعجب می‌کند و خشمگین می‌شود.این حرفها مثل گازوئیل عمل می‌کند و آتش خشم را شعله ور می‌کند.

روشهای غیرمستقیم و مودبانه، موثر ترین راه انتقال پیام است.زنی را می‌شناسم که هر وقت از شوهرش می‌خواهد که در کارهای خانه کمک کند،یک یادداشت روی در اتاق مطالعه‌اش می‌گذارد.مرد وقتی بریده روزنامه و مقالات مجله را می‌خواند،نفرت‌انگیز می‌شود.وقتی آقا اتاقش را ریخت و پاش می‌کند و مجله ها را این طرف و آن طرف می‌اندازد،همسرش عصبانی می‌شود و ظرف و ظروف آشپزخانه را می‌شکند.این عکس‌العمل خانم باعث می‌شود که شوهرش بفهمد که او اصلاً نمی تواند کثیفی خانه را تحمل کند.

بهتر است برای افزایش مهارت تان،به رفتار مردها دقت کنید و ببینید چگونه از همدیگر انتقاد می‌کنند.مهمترین نکته این است که همیشه‌این کار را نمی‌کنند.آنها سرشان به کار خودشان است و به دیگران کاری

ندارند.مردها همیشه زمان و مکان مناسبی را برای این کار در نظر می‌گیرند.هنگامی که بحث بالا می‌گیرد،حرفهایشان را کوتاه و احساسات شان را کنترل و سریع به اصل مطلب اشاره می‌کنند. بارها در جلسات گفتگوی مردها شرکت کرده‌ام،کسی که دوستش را نصیحت می‌کند،راه حل خوبی به او ارائه می‌دهد و خودش را دور از چنین اشتباهی نمی‌داند.مثلاً می‌گوید«مثل اینکه حالت خوب نبود...چون واقعاً کار عجیبی کردی...خود من هم قبلاً این کار را کرده‌ام...»

بعضی از مردم خیلی منصف نیستند.همیشه لیست بلند بالایی از شکایات و گله هایشان دارند.مثل اینکه فقط به جرقه ی کوچکی برای انفجار نیاز دارند.هلن هم یکی از این آدم هاست و رابطه‌ی او با مردها یکی پس از دیگری با شکست مواجه می‌شود،زیرا همیشه در حال انتقاد کردن است.می‌گوید که منطقی است و انتظار دارد طرف مقابلش هم منطقی باشد.وقتی نامزدش رفتار مناسبی ندارد،عصبانی می‌شود و همه‌ی پل‌های پشت سرش را خراب می‌کند.با او صحبت کردم و سعی کردم متقاعدش کنم تا با نامزدش در مورد افکارش صحبت کند.به همین دلیل هنوز رابطه شان پابرجاست.

رهبران موفق خوب می‌دانند که چگونه از زیر دستان خود انتقاد کنند.آنها همیشه از تعریف و تمجید استفاده می‌کنند و بعد می‌گویند که فلان قسمت نیاز به گسترش و اصلاح دارد. وقتی کسی از شما تعریف کند و بگوید که شما از بهترین کارمندان شرکت هستید،دیرتر از دستش عصبانی می‌شوید.

«راجر»یکی از اعضا هیئت مدیره ی بیسبال است و مهارت خاصی در افزایش روحیه ی بازیکنان تیم دارد و می‌داند چگونه با آنها رفتار کند.زمانی که توپ پرتکن را از بازی بیرون می‌کشد به او می‌گوید که مطمئن

است که دفعه ی بعد حتماً پیروز می‌شود.این باعث می‌شود که در مقابل هزاران نفر بیننده احساس حقارت نکند و دفعه ی بعد همه‌ی تلاش خود را بکند تا پیروز شود.

مرد و مردانه

وقتی مردی وضع روحی خوبی ندارد،می‌تواند حرف دلش را به مرد دیگری بگوید ولی سریع از طرف دوستانش مورد ارزیابی قرار می‌گیرد.خیلی خوب است که اطلاعات بیشتری از رقیب هایمان داشته باشیم.مردها همیشه با هم رقابت می‌کنند.فقط یک زن می‌تواند به شوهرش بگوید که او را هنوز مرد خود می‌داند و اهمیتی ندارد که او فروشنده‌ای است که کلاه سر دیگران می‌گذارد و یا بازیکن حرفه‌ای است که هیچ وقت از زمین بیرون نمی‌رود و یا مکانیکی است که لباس‌های کثیفی می‌پوشد.

چنین حمایتی باعث می‌شود که یک زوج در روزهای سخت زندگی کنار هم بمانند و به زن اجازه می‌دهد تا شوهرش را نصیحت کند در حالی که در مواقع دیگر نصیحت برای مردها دردناک و غیر قابل تحمل است.

در ابتدا او نیازمند آسایش،حمایت و عشق است و باید به او بگوئید:«دوستت دارم،مشکل خاصی اتفاق نیفتاده است،من با تو هستم و حمایتت می‌کنم.» عکس‌العمل مردها متفاوت خواهد بود.بعضی‌ها به تنهایی پناه می‌برند و دوست دارند ساعاتی را تنها باشند.بعضی دیگر ترجیح می‌دهند با دوستانشان بیرون بروند،در هر صورت نباید رفتار مردها را عدم پذیرش عشق و حمایت شما تعبیر کرد.

وقتی ناراحتی اش تا حدی فروکش کرد،می‌توانید از او بخواهید که سر و سامانی به وضعش بدهد.او به نظر و قضاوت عادلانه ی شما احترام می‌گذارد.این بدان معنی نیست که از منطقی خشک و غیر دوستانه پیروی

می‌کند.وقتی مـی‌گوید شکست خـورده است،یـعنی خـواسـتار حـمایت شماست. اینکه تحسین‌اش کنید و بگوئید که به هیچ وجه بازنده نیست.این کار باعث می‌شود که شوهرتان متوجه شود که شما هم گاهی اوقـات بـه کمک‌های عاطفی او نیازمندید.می‌توانید نظرهای خودتان را با او در میان بگذارید وبگوئید:«عزیزم،فکر نمی‌کنی که وقتش رسیده به کار جـدیدی فکر کنی.کارت چنگی به دل نمی‌زند.هر تصمیمی گـرفتی روی مـن هـم حساب کن.»خستگی از کار در هر زمانی می‌تواند رخ بـدهد و مـردها از موقعیتهای مبهم مـی‌ترسند چـون بـاعث تـغییر در مـوقعیت اجـتمایی و اقتصادی شان می‌شود.شاید او نگران این باشد که ترکش کنید.اگر زندگی در رابطه‌ی شخصی برایتان مهم و ارزشمند است، او را در انـجام کـارهای مورد علاقه‌اش حمایت کنید.

فصل چهارم

تکبر مردها تعیین کننده است

□□□

در بعضی مهمانی‌ها نکات و جملات حکیمانه‌ای گفته می‌شود.حدوداً ساعت دو صبح بود که این اتفاق افتاد:یکی از مهمان‌ها گفت مردها عاشق دو چیز هستند«زن و شغل».هیچ کدام از افراد پشت میز به حرف او اعتراض نکردند،فقط یکی دیگر از مهمان‌ها که رو به روی گوینده نشسته بود گفت:«زندگی با زن‌ها و خرج کردن برایشان»

«ویل» ماه‌ها به نظریه ی فروید که ادعا می‌کرد نیروهای درونی مرد متمرکز در رابطه‌ی جنسی و شغل است، فکر کرد. به خاطر ضعف ویل در تشخیص موقعیت –وقتی باید ساکت می‌شد بلوف می‌زد و وقتی شرایط برای بلوف زدن مساعد بود ساکت می‌شد –دیدگاه بدی به نظریه ی فروید داشتم و فکر می‌کردم که تنها به هوس رانی مردها بها می‌دهد.

نگاهی به صحنه ی دوم داشته باشیم:دفتر پخش دارو.جون پشت میز نشسته است و با من تلفنی صحبت می‌کند.

«دوستش دارم.ما همیشه اوقات فراغتمان را با هم هستیم»پرسیدم:«خوب پس مشکل چیست؟»

جواب داد:«وقتی در خانه هستیم شوهرم بسیار خوب،جذاب و با عاطفه است ولی...»

چند لحظه ساکت شد. پرسیدم: «چون می‌خواهی بگویی که خسته شده‌ای؟»

تردیدی نداشت. چون به رک بودن من عادت داشت و شما هم حتماً تا الان عادت کرده‌اید. «حدس‌ات درست است. شوهرم خسته‌ام می‌کند. چه کاری از دستم بر می‌آید؟»

حدود یک ساعت و نیم با هم صحبت کردیم اما سعی می‌کنم پیشنهادهایی را که به ذهنم خطور کرد در چند پاراگراف خلاصه کنم. فراموش نکنید که راه ورود به قلب مرد، خودخواهی اوست. همه‌ی انسان‌ها خود خواه‌اند؛ ما همه خود مدار هستیم. حقیقت این است که بیشتر مردها خود خواهی شان را صرف دو چیز می‌کنند یکی شغل و دیگری همسرشان.

با در نظر گرفتن این مسائل متوجه می‌شوید که برای داشتن یک عاشق احساساتی، وفادار و با ملاحظه چه کار باید بکنید. باید به او نشان بدهید که قبولش دارید. روزی را به یاد بیاورید که عاشق همدیگر شدید. شرط می‌بندم که اگر ترک تان می‌کرد، دنبالش می‌رفتید و دوباره تقاضایتان را مطرح می‌کردید.

حالا راحت‌ترین کار دنیا را بکنید. خاطرات گذشته را یادآوری کنید و بگویید که چقدر آن روزها خوب بودند. خواهید دید که نفس او دوباره بیدار می‌شود، هیجان زده می‌شود و احساس می‌کند هنوز مثل روزهای اول پرشور و پر هیجان است و خوشبختی اش با شما کامل می‌شود. احساس می‌کند که رابطه‌ی موفقی بین شما و او وجود دارد و او هنوز عاشق شماست. بچه هایی که مرتب مورد تعریف و تمجید خانواده قرار می‌گیرند، رضایت از خویش در آنها افزایش می‌یابد. تعریف و تمجید کمتری از بزرگترها صورت می‌گیرد. باور کنید که تأثیر شگرفی دارد.

این نیروی مثبت به احساس او طراوت می‌بخشد. خانم‌ها می توانند آتش

دل مرد را شعله ور کنند و از گرمای آن لذت ببرند.لازم نیست دید گرافیستی داشته باشید اگر تا حدودی خوش اندام است از او تعریف کنید.اگر چهار شانه و خوش هیکل است به او بگویید.اگر بتوانید او را شگفت زده کنید،او نیز شما را شگفت زده خواهد کرد.

آفرین بر شما که می‌توانید فضای خانه را هر طور که مایلید تغییر بدهید.

شوهرتان باید بداند

ماجرای«جون» را فراموش می‌کنیم و از خانه گریزی به محل کار می‌زنیم.خود خواهی مرد جزء شخصیت اوست و می‌توانـد از او عـاشقی خسته کننده یا جذاب بسازد.

مردها یاد گرفته‌اند که خودشان را نان آور خانواده ببینند.زن‌ها به شغل به عنوان پله‌ای برای پیشرفت می‌نگرند در حالی که مردها کسب درآمد را محور اصلی وجودی شان می‌دانند.در مورد شرطی شدن حرف می‌زنم،پیام‌های بیشمار نهفته‌ای که از زمان تولد و شاید از زمان تولد اولین مرد،حدود بیست و پنج میلیون سال پیش به او القاء شده است.

همان طور که قبلاً هم گفتم زن‌ها می‌توانند با تشویق و تمجید شوهر هایشان،مردانگی آنها را تقویت کنند و سبب بهبود وضعیت روحیه و رابطه شان شوند.

سعی کنید روحیه و حرمت نفس او را با تحسین کردن، تقویت کنید.مثلاً بگویید حرکاتت مثل سمفونی بتهون است. کاری کنید که فکر کند در دنیایی که مردم درگیر ساعات طولانی کار و فشار حاصل از آن هستند،باور دارید که باهوش‌ترین مرد دنیاست و شما با هم دنیایی مملو از عشق و هیجان دارید.

این بدان معنی نیست که باید حامی و مشوقش باشید و شغل شما اصلاً مهم نیست.البته که مهم است ولی او نیاز دارد بداند که وجودش برای شما

ارزشمند است.

نفس کلمه‌ی کثیفی نیست بلکه ناشناخته است.این اصطلاح برچسبی بر مکانیسم کنترل ماست که بین نیازهای اولیه‌ی روان(که یکی از آنها رابطه‌ی زناشویی است) و نیازهای اجتماعی و فیزیکی دنیای اطراف ما هماهنگی برقرار می‌کند.و به ما نشان می‌دهد که چه کسی هستیم.به طور کاملاً واضح نفس من می‌گوید که چه کسی هستم،کجا هستم و چرا هستم.

اگر ما شبیه موتور اتوماتیک ساخته می‌شدیم، نفس چیزی شبیه کاربراتور می‌شد که پدال و پیستون‌ها را به هم متصل می‌کند و نیروهای داخلی و بیرونی را هماهنگ می‌کند. متأسفانه نمی‌توانیم هر ۸ هزار کیلومتر کاپوت ماشین را بالا ببریم و کاربراتور ذهنی مان را تعمیر کنیم تا بتوانیم حرکت مداومی داشته باشیم.

چال آب های زندگی خسارت زیادی به نفس مردها می‌زند.مردهای قوی و با اعتماد به نفس بالا هم اگر انگیزه‌ای برای کار نداشته باشند،صبح‌ها به راحتی از رختخواب بلند نمی‌شوند و سر کار نمی‌روند.بیشتر کارهایی که در طول روز انجام می‌دهیم نفس ما را در معرض صدماتی سخت قرار می‌دهد.هر روزی که خانه را به مقصد کار ترک می‌کنیم با غریبه‌هایی روبه رو می‌شویم که به نظر کمر به قتل ما بسته‌اند و می‌خواهند کارشان را قبل از اینکه دومین فنجان قهوه را بنوشیم ،تمام کنند؛مشتری تلفن را جواب نمی‌دهد؛خریدارها از نرخ‌های بالا گله می‌کنند؛تلفن‌های مهم وصل نمی‌شوند؛غذاهایی که می‌خوریم باعث سوء هاضمه ی ما می‌شود؛تعجبی ندارد که افراد زیادی در چهل سالگی با بحران رو به رو می‌شوند.تعجب نکنید چون نفس «من چه کسی هستم»به بدترین شکل در آمده است.

اگر در کودکی از نعمت داشتن خانواده‌ای خردمند و مهربان برخوردار باشیم،نفس جوان ما مدام تقویت می‌شود.برای موفقیت در امور کوچک مدام مورد تشویق و تحسین قرار می‌گیریم ولی ناگهان بزرگ می‌شویم و

این تعریف‌ها به اتمام می‌رسد.

حالا نوبت شماست. تأکید می‌کنم نفس همسرتان را تقویت کنید چون اگر شما این کار را نکنید از چه کسی می توانید انتظار داشته باشید که چنین کاری بکند؟شوهرتان باید بداند که «بی نقص است». شما او را خوب می‌شناسید و می‌دانید که تعریف کردن از او راحت‌تر از تحمل هر زن دیگری در زندگی‌تان است.

اگر این کتاب در مورد زن‌ها بود و برای مردها نوشته شده بود، به مردها هم توصیه می‌کردم تا روحیه ی زن هایشان را بالا ببرند. ما نیازمند روشی دوستانه هستیم:

این کار منافع فراوانی برای خانم‌ها دارد. وقتی همسرتان تحقیر شود، این خطر وجود دارد که شما را نیز به دیده ی حقارت بنگرد. سعی کنید با کلمات خیلی ساده مثل «در کارت بهترینی» خوشحالش کنید. این جمله می تواند به مردی که در مورد شغلش احساس خوبی ندارد، نیرو بدهد و خواهید دید با این کار نیروی تازه‌ای می‌گیرد و اعتماد به نفس اش بالا می‌رود و همیشه کنارتان خواهد ماند حتی زمانی که شرایط به نفع شما نیست.

به کار انداختن نیروی اعتماد به نفس

شما هم باید همانند جون به پیشنهاد من گوش بدهید. او به نامزدش گفت که چقدر برایش جذاب و عزیز است. شاید این کار چاپلوسی به نظر برسد ولی واقعاً موثر است. می‌خواهم در مورد زن جذابی صحبت کنم که دوست داشت جذاب‌تر به نظر برسد. خانم آرایش می‌کند، ابروهایش را مرتب و موهایش را های لات می‌کند. بهترین لباس هایش را می‌پوشد. آیا هدفش فریب مردهاست؟البته که این طور نیست. یکی از خانم‌ها می‌گوید: «آرایش، رنگ مو و لباس‌های شیک و زیبا زن را خوش قیافه‌تر نشان می‌دهد؛ یعنی چیزی را که وجود دارد نمایان‌تر می‌کند.» در مورد نفس

مرد نیز همین مسأله صدق می‌کند.نفس مرد وجود دارد و ما مردها فقط به آن جلوه ی بیشتری می‌دهیم.

شما به شوهرتان اعتماد به نفس می‌دهید و می‌گویید که در خانه و محیط کار بهترین است.

نمی‌خواهم بگویم که آنقدر به او اعتماد به نفس بدهید که در آسمانها سیر کند و خود را بالای ابرها ببیند.

موضوع جالب راجع به مردها این است که وقتی در مورد خودشان احساس خوبی دارند و اعتماد به نفس شان بالا می‌رود،به افرادی که در اطرافشان هستند کمک می‌کنند تا احساس بهتری داشته باشند به خصوص به کسانی که دوست دارند و یا به آنها احساس نزدیکی زیادی می‌کنند.قول می‌دهم که این ارزان‌ترین و پرسودترین سرمایه گذاری است که در زندگی‌تان انجام می‌دهید.

نیاز به هیچ پس انداز و ابزار و وسائلی ندارید.

اگر او در زمینه ی مسائل زناشویی و کار احساس خوبی در مورد خودش داشته باشد،راضی و خوشنود می‌شود و شما هم از اثرات خوب آن بی بهره نخواهید ماند.او سعی می‌کند روحیه ی شما را ارتقاء بدهد.

در این کتاب تلاشم را روی راه‌های اعتبار بخشیدن به مردها متمرکز می‌کنم و از جستجوی منافع تقویت نیروی درونی زن‌ها صرف نظر می‌کنم. کار دشواری است و امیدوارم مرا به خاطر کوتاهی در مسائل زنان ببخشید. به همین دلیل است که روی دو جنبه ی نفس یعنی زن و شغل متمرکز شده‌ام و تلاش می‌کنم تا به زن‌ها بفهمانم که چقدر این دو جنبه در زندگی مردها مهم است و اینکه مردها متفاوت هستند،قبلاً هم گفته‌ام تفاوت.

اعتماد به نفس‌اش را بالا ببرید.

نانسی زنی است که در مورد شوهرش زیاد لاف می‌زند و بیشتر مردها این خصلت را دوست دارند.وقتی می‌خواهد راجع به شوهرش صحبت کند،

ناگهان چهره‌اش تغییر می‌کند و شروع به تعریف و تمجید از او می‌کند.این خیلی ارزشمند است. چه شوهر خوشبختی!

مردها عاشق معرکه گیرهای ورزشی هستند. جنیفر در دانشگاه جزء گروه تشویق کننده مسابقات ورزشی بوده است و هنوز هم خوب می‌داند که چطور تیم‌های محلی را تشویق کند.

چند سال پیش با یک روزنامه ی محلی در ماریلند شمالی مصاحبه داشت.خبرنگار می‌خواست گزارشی در مورد دختران تهیه و در اخبار ساعت ۶ رادیو ای بی سی پخش کند.جنیفر هم فرم مربوطه را پر کرده بود.وقتی مصاحبه شروع شد،او در مورد شوهرش و تأثیری که روی زندگی او گذاشته بود،صحبت کرد و گفت که بعضی از ویژگی‌های اخلاقی شوهرش را خیلی دوست دارد.شوهرش که بیرون استودیو نشسته بود،احساس خوبی داشت.صحبت در مورد جنبه‌های ذاتی و تعریف سبب می‌شود تا همسرتان احساس خوبی پیدا کند و این احساس را به شما هم منتقل کند.

وقتی اعتماد به نفس پائین می‌آید،زوج‌ها دچار مشکل می‌شوند.مردها برای افزایش اعتماد به نفس شان به زن‌های دیگر پناه می‌برند و یا مرتب شغلشان را عوض می‌کنند و شما نیز دچار مشکل می‌شوید ولی اگر به مردها در خانه احترام گذاشته شود و بدانند که باور و دوست شان دارید،رابطه تان روز به روز قوی‌تر خواهد شد.

بهترین دوستشان باشید

من انرژی ام را صرف صحبت و مطالعه ی مردها می‌کنم.موضوع اصلاً ربطی به سیاست ندارد ولی نمی‌توانم به جیمی کارتر اشاره نکنم.کدام جیمی؟جیمی کارتر.او اولین رئیس جمهوری بود که گفت زنش بهترین دوستش است.امروزه این جمله،یک جمله ی انقلابی نیست.

«آبیگیل آدامز»،[1] هم جزء نخستین زنانی بود که نقش مهمی ایفا کرد هر چند از نظر بعضی‌ها بی اهمیت به نظر می‌آید. حریفان رئیس جمهور با دروغگویی و شایعه پراکنی سعی می‌کردند شخصیت رئیس جمهور را خدشه دار کنند.

جیمی کارتر اولین کسی بود که از زنش خواست در فعالیت‌های اجتماعی بیشتر حضور داشته باشد و از همفکری او در برنامه‌های روزانه‌اش استفاده می‌کرد.از او می‌خواست در ضیافت ناهار کاری حضور داشته باشد،تا جائیکه مطبوعات سخنگوی او جودی پاول[2] را تحت فشار گذاشته و دائم از او می‌پرسیدند که آیا درست است که او با شوهرش در جلسات شرکت می‌کند و به او پیشنهاداتی می‌دهد. روزالین کارتر[3] در واقع یکی از مشاوران ارزشمند رئیس جمهور بود و به ماموریت‌های سخت و مهم خارج کشور فرستاده می‌شد. این عمل نتیجه ی قدرت درونی جیمی بود که از رابطه‌اش با روزالین نشأت گرفته بود. او می‌دانست که روزالین همیشه همراه اوست و می تواند روی او حساب کند. در شرایط سخت، بهترین دوستش را کنار خود دارد و فقط دوستی آنهاست که می تواند شرایط سخت و مشکلات را به راحتی حل کند و کنار بزند.

من همیشه فکر می‌کنم جیمی قهرمان روزالین است، امیدوارم من نیز قهرمان زندگی همسرم باشم، او سهم من است و من به او افتخار می‌کنم. دوست دارم در زندگیش پیشرفت کند. این غلط است که فکر کنیم برای پیشرفت یک نفر، دو نفر دیگر باید کوتاه بیایند! دنیا به اندازه کافی برای پیشرفت هر دو نفر جا دارد. کمک کنید تا اعتماد به نفس همسرتان بالا برود، آن وقت او نیز به شما کمک خواهد کرد.

1- Abogail Adams.

2- Jody Powell.

3- Rosalynn Carter.

فصل پنجم

ورزش‌های بزرگ

□□□

سؤال: چرا وقتی در بازی پینگ - پونگ از مردها می‌بریم، عصبانی می‌شوند؟

جواب: بعضی مواقع شکست دادن شوهرتان زمینه ساز جدایی‌تان می‌شود. این کار درست نیست. پینگ پونگ یکی از هزاران مسأله است که شوهرتان فکر می‌کند باید در آن بهترین باشد. پدر و مادر، همه معلمان، دوستان، کتابهایی که می‌خوانیم، برنامه‌های تلویزیونی و زنها، درست است حتی زنها، همه به گونه‌ای به مردها می‌فهمانند که باید در پرتاب توپ و ورزش بهترین باشند. همه از مرد توقع دارند که چکش به دست بگیرد و وسایل خانه را تعمیر کند.

زمانی که او نمی‌تواند توپ را به هدف بزند و یا میخ را بکوبد و یا شکاف دیوار را بگیرد، فکر می‌کند بعنوان یک مرد شکست خورده است. شاید حالت احمقانه‌ای باشد؟! بله هست، ولی دلیل عصبانی شدن مردان بعد از باخت در بازی همین است. زن‌ها نسبت به این گونهٔ مسائل حساس نیستند. زوجی را می‌شناسم که خیلی سال پیش ازدواج کرده‌اند و خوشبخت

هستند. هـر دوی آن‌هـا بـاغبان‌های خـوبی هسـتند ولی مـرد در اوایـل ازدواج‌شان متوجه می‌شود که باغچه ی گل‌ها و سبزیجات قلمرو همسرش است. وقتی شاخه‌ها و علف‌های هرز را وجین می‌کند مـتوجه نـاراحـتی همسرش می‌شود. چون وارد قلمرو او شده است.

زن وقتی می‌بیند شوهرش هم مثل او باغبانی می‌کند ولی موفق‌تر است، ناراحت می‌شود. ما حق داریم که در بازی و یا در باغداری آزادانه عـمل کنیم و حقوق خودمان را داشته بـاشیم ولی در عـمل دشـوار است. اگـر نمی‌توانید شرایط را تحمل کنید می‌توانید از آشپزخانه یـا بـاغچه بـیرون بروید، این کاریست که دوست من انجام می‌دهد. او با هـمسرش رقـابت نمی‌کند، اجازه می‌دهد همسرش به گل‌ها و سبزیجات رسیدگی می‌کند و او هم تحسین‌اش می‌کند.

نمی‌دانم این کار صحیح است یا نه ولی اگر با همسرتان خواستید پینگ پونگ بازی کنید، یا هر کار دیگری، اگر او در بازی باخت سعی کنیداعتماد به نفس‌اش را تقویت کنید نه اینکه حالت پیروزمندانه به خـود بگـیرید و بگویید باختی.

بعضی از مردم می‌گویند که طرف مقابلشان باهوش است و می‌فهمد که او دارد چـاپلوسی مـی‌کند، درست است کـه او بـاهوش است ولی روحش نیازمند این است که تحسینش کنید. در فصل قبلی گـفتم کـه سـعی کـنید چیزهایی راکه دارید نمایان‌تر کنید، نه اینکه شکل آن‌ها را عوض کنید.

سوال: چرا مردها به ورزش اهمیت می‌دهند؟

بیشتر تماشاگران مردها هستند، در ورزش یک شروع وجود دارد، بازی ادامه می‌یابد و در آخر با برد یا باخت به اتمام می‌رسد. ورزش راهی برای گریز، سرگرمی و دوری از چرت و پرت گویی است.

ورزش یک جور مهمانی مردانه است. نوعی رقابت. من در مورد حس

همکاری و شراکت در ورزش صحبت می‌کنم. ورزش مردها را دور هم جمع می‌کند، من رقبای تجاری را می‌شناسم که به هم احترام می‌گذارند و در مواقع بحرانی دست دوستی به سوی هم دراز می‌کنند. در ورزش دو نفر وجود دارند که برای ۱۵ راند با هم رقابت می‌کنند و زمانی که بازی تمام شد همدیگر را در آغوش می‌گیرند. رقابت مردها را دور هم جمع می‌کند. رقابت برای مردها مهم است، آن‌ها برای شکل دادن هویت‌شان، به رقابت رو می‌آورند.

وقتی من رقیبم را به زمین می‌کوبم و هیچ مشکل شخصی با او ندارم، او نیز این را می‌داند و هنگامی که از زمین بلند می‌شود و به رینگ برمی‌گردد همه چیز را فراموش می‌کند.

برنامه‌های ورزشی تلویزیون روی علاقه مردها به رقابت، سرمایه‌گذاری می‌کنند و بی‌ارادگی و عدم فعالیت را در مردها ترویج می‌دهند. ساعت‌های زیادی جلوی تلویزیون به هدر می‌رود ولی این تنها مشکل مردان نیست، زن‌ها هم مثل مردها تحت تأثیر جادوی تلویزیون هستند. بیشتر بیننده‌های روزانه‌ی تلویزیون، خانم‌ها هستند. بیننده‌ی برنامه‌های عصر نیز خانم‌ها هستند. دکتر پول پیرسال[1] در کتاب خود، عشق و زندگی، گفته است که تلویزیون یکی از بزرگترین موانع ازدواج سالم است.

زن و شوهر پس از یک روز کاری به خانه می‌آیند. سلام چطوری؟ - ممنون، خوبم، تو چطوری؟ - خوبم

سپس بقیه شب را جلوی تلویزیون بدون هیچ صحبتی می‌گذرانند.

مردی که در ورزش‌های مختلف فعالیت می‌کند، کمتر زمان خود را

1- Paul Pearsal.

جلوی تلویزیون هدر می‌دهد و کمتر دچار عوارض بی تحرکی می‌شود. شاید وقت کافی برای بسکتبال یا دوی ماراتن و یا بازی گلف نداشته باشد ولی تنها غریزه رقابت کردن است که می‌تواند عادت نشستن جلوی تلویزیون را از بین ببرد. اگر او در بازی تنیس و یا هر ورزش دیگری شرکت کند و شما نیز او را همراهی کنید، آن وقت فعالیت بعنوان عادت درمی‌آید و می‌تواند بعنوان پادزهری روی اثرات بد تماشای تلویزیون عمل کند.

گاهی اوقات نگاه کردن برنامه‌های ورزشی از طریق تلویزیون بد نیست، موزه‌ها و کنسرت‌ها در روزهای تعطیل شلوغ می‌شوند. شاید او ترجیح بدهد که روی صندلی راحتی بنشیند و برنامه تلویزیون را نگاه کند، به او ملحق شوید و با او برنامه را تماشا کنید. فقط برای اینکه دقایقی با هم باشید، شاید شما هم از تماشا کردن لذت ببرید، بعداً زمان زیادی برای خیاطی، خرید و دور هم جمع شدن با دوستانتان دارید.

سوال: چرا مردها به شکار می‌روند؟

جواب: من شکار کردن را دوست ندارم، من بچه شهر هستم و هیچ وقت انگیزه شلیک کردن به حیوانات را نفهمیدم، ولی نمی‌خواهم آرمانی فکر کنم و بگویم که تفریحی وحشیانه است زیرا خود من هم گوشت می‌خورم و از چرم آن‌هابرای کفش و غیره استفاده می‌کنم. برای خیلی از مردها این به صورت یک مراسم و عادت درآمده است. وقتی پدری برای اولین بار پسرش را به شکار می‌برد، تشریفاتی را انجام می‌دهد که عمیقاً ریشه در گذشته‌ی ما دارد و مربوط به هزاران سال قبل می‌شود، در موقع شکار حرفهای زیادی گفته نمی‌شود، مکالمات پدر و پسری که در دشت و شکارگاه هستند بی‌ربط و نامفهوم است. پدر، جوانی خود را به یاد می‌آورد و خاطره اولین شکاری که با پدرش رفته بود را یادآوری می‌کند، پسر نیز تجربیات زیادی کسب می‌کند و احساس می‌کند که بزرگتر شده است.

شکارچی‌های واقعی نه کسانی که بطور تفریحی به شکار می‌روند، فقط به دنبال نزدیکی و دوستی با طبیعت هستند و آن را ستایش می‌کنند. شگفتی‌های طبیعت بی‌نظیر است، تمام منظره‌ها جالب و شگفت‌آور هستند و هیچ کدام شبیه دیگری نیست.

گوشتخوارها به طور غریزی شکارچی هستند. مردها به شکار می‌روند تا تجربه انسان و حیوان بودن را تجربه کنند.

من با کشتن حیوانات بعنوان ورزش موافق نبودم تا زمانی که برای تهیه یک برنامه در مورد شکار به ورمانت رفتم. فهمیدم وقتی از فاصله‌های دور صدای شلیک را می‌شنویم چه اتفاقی می‌افتد. شاید به نظر شما مسخره باشد ولی شکار کردن تنها بهانه‌ای برای دور هم جمع شدن است. کارتونی را دیدم که در آن دو مرد به سوی هم آمدند و به هم شلیک کردند، مغزشان روی زمین پاشید، یک زن که در آن حوالی بود گفت وقتی مردها دور هم جمع شوند، از این بهتر نمی‌شود. ولی مردها به هر دلیلی که دور هم جمع می‌شوند، می‌خواهند با هم باشند، تنها برای اینکه با هم همکاری کنند، رقابت کنند و دوستی‌شان را گسترش بدهند، فقط به همین دلیل است که به شکار می‌روند. حتی اگر گلوله‌ای شلیک نشود، شکار رفتن برای آن‌ها موفقیت‌آمیز و لذت بخش است. شخصی ضرب المثلی می‌گوید: «مهم نیست که برنده یا بازنده باشی، مهم این است که در بازی شرکت کنی.» تنها ماندن برای مرد به اندازه‌ی ثانیه‌هایی که برای پر کردن ماشه صرف می‌کند، مهم است. شکارچی با خودش خلوت می‌کند و از خانواده جدا می‌شود، زمانی که از شکار برمی‌گردد، مرد متفاوتی است.

مردهای امروزی، شخصیتی اجتماعی دارند ولی زمانی که به شکار می‌روند تنها می‌شوند، آنها به تنهایی پیروز می‌شوند یا شکست می‌خورند. کمین کردن برای شکار، خصلتی است که از اجدادمان یاد گرفته‌ایم تا

نیروهای درونی‌مان را به کار بیندازیم.

شکارچی امروزی ممکن است یک مهندس کامپیوتر باشد. او نیروهای درونی‌اش را بکار می‌اندازد، نیروهایی که خیلی دقیق‌تر از اکتسابات عقلانی کار می‌کنند. زمانی که استوانه را به طرف مقابلش پرتاب می‌کند و یا جهت باد را پیش بینی می‌کند از منابع انسانی خودش کمک گرفته است.

کسانی که با تفنگ به شکار می‌روند و استوانه‌ی آن را پر از تیر می‌کنند، می‌گویند آدرنالینی در این فعالیت تولید می‌شود که در هیچکدام از فعالیتهای فیزیکی دیگر مثل رانندگی با سرعت بالا و یا پرش با چتر از هلیکوپتر دیده نمی‌شود.

شاید به نظر شما ورزشی خون ریز باشد ولی وقتی آن روز در ورمانت را به یاد می‌آورم، فکر می‌کنم بیشتر شبیه یک رسم و رسوم است تا فعالیتی پوچ و بی‌معنی.

سوال: چرا مردها رانندگی را به ورق بازی کردن ترجیح می‌دهند؟

جواب: باید در جواب این سؤال محتاط‌تر عمل کنم، در فرهنگ ما ایده‌آل‌ترین مرد کابوی است، او مستقل است و به تنهایی دور دنیا سفر می‌کند. بسیار خوب، ماشین هم همان احساس استقلال را به مرد می‌دهد. ماشین تنها برای اوست و فقط توسط او کنترل می‌شود، ماشین به مرد انرژی می‌دهد البته در آخر ماه که موقع پرداخت هزینه‌هاست این بانک است که انرژی می‌گیرد. رانندگی بسیار لذت‌بخش است. کمی احساس خطر کردن باعث ترشح آدرنالین بعد از یک روز خسته کننده در اداره می‌شود و مفید است و ماشین بهترین وسیله برای این منظور است. شما آن را در مسیر درست هدایت می‌کنید و زمانی که بنزین تمام شد متوقف می‌شوید. این راحت‌ترین و ساده‌ترین استرسی است که در جهان پرحادثه وجود دارد.

فصل ششم

بیکار شدن

□□□

اخراج کلمه‌ای است که همانند مرگ و یا مالیات بار سنگینی را بر دوش مرد می‌گذارد.« متأسفم، شما از جمعه اخراج می‌شوید.» صنعت در حال گسترش است . پیشرفت صنایع، سبب می‌شود هر روز با مردهایی روبرو شویم که می‌گویند:«زندگیم تباه شد.» او مجبور است با عواقب آن روبرو شود. کار آسانی نیست بیکاری سبب می‌شود تا مرد جایگاه فرهنگی خود را از دست بدهد، مسائل مادی از قبیل کمی درآمد، خرابی و مبهم شدن آینده را فراموش کنید، مهمترین چیزی که یک مرد از دست می‌دهد تصویری است که از خود داشته است، دیگر او خود را قهرمان نمی‌بیند. شاید او یک عاشق، پدر یا شوهر، برادر و یا شهروند یک جامعه باشد ولی بدون کار احساس سردرگمی و آوارگی می‌کند. در طول ده سال اخیر، ما از این قبیل اتفاقات زیاد دیده‌ایم. زمین‌های کشاورزی از بین رفتند و چاه‌های نفت یکی بعد از دیگری کشف شدند.

چرا مردها نمی‌توانند شغلشان را حفظ کنند؟

شاید یکی از کارگران که روی سکوی استخراج نفت کار می‌کند بتواند جواب این سؤال را بدهد، او می‌گوید:«من به خاطر می‌آورم که در کودکی چه نظری راجع به شغلم در آینده داشتم. یکی از مردهایی که پائین رودخانه کار می‌کرد به خانه ما آمده بود او از من پرسید: وقتی بزرگ شدی دوست داری چه کاره شوی؟ کاملاً به یاد نمی‌آورم که در جوابش چه چیزی گفتم، شاید آتش‌نشان یا کابوی، این سؤال خیلی مهم نیست، مهم این است، تو چه کسی می‌شوی؟ نه اینکه می‌خواهی چه کاره شوی؟»

این سؤال از خانم‌ها هم پرسیده می‌شود، ولی می‌خواهم فقط روی مردها بحث کنم. بیکاری برای مردها بحران بزرگی است شاید بزرگترین بحران زندگی شان باشد.

زمانی این شایعه در سراسر دنیا شنیده می‌شد (البته فقط در حد شایعه بود) زنهایی وجود دارند که مردها را فقط به خاطر پول و موقعیت شغلی‌شان می‌خواهند، بیشتر مردها این شایعه را شنیده‌اند و زمانی که شغلشان را از دست می‌دهند، می‌ترسند جذابیت‌شان برای زن‌ها را نیز از دست بدهند. خلاصه اینکه می‌گویند ما بدون کار هیچ چیزی نیستیم.

دیوید براون[1] در کتاب خود- راهنمای رشد براون - اشاره جالبی به یکی از برنامه‌های کمدی هالیوود کرده است که در آن مرد می‌گوید:«عزیزم، اگر تمام ثروتم را از دست بدهم باز هم مرا دوست خواهی داشت.» و زن می‌گوید:«بله که دوستت دارم البته دلم هم برایت تنگ می‌شود».

1- David Brown.

ابراز ناراحتی

زمانی که الکس بیکار شد، همسرش سعی می‌کرد در مورد مسائلی که در اداره اتفاق می‌افتاد حرفی نزند، به همین دلیل هیچ یادآوری دردناکی در خانه وجود نداشت که او را اذیت کند. اگر الکس در مورد فعالیت‌های شغلی همسرش سؤال می‌کرد فقط یک جواب کوتاه و مستقیم می‌شنید.

طبیعتاً تریش نیز نگران درآمدشان بود. آنها نصف درآمدشان را از دست داده بودند. هر ماه مجبور بودند مبالغ زیادی را بابت رهن خانه و مخارج خانه بپردازند. تریش هیچ وقت سعی نکرد او را مضطرب کند، هر وقت از دست همسرش ناراحت می‌شد خودش را کنترل می‌کرد. با یکی از دوستانش درد و دل می‌کرد ولی به هر حال الکس از گله‌ی او مطلع نبود.

راه‌های زیادی برای کنترل مواقع بحرانی وجود دارد. یکی از آسانترین راه‌هایی که یکی از تهیه‌کنندگان ان بی سی با من مطرح کرد این بود: منتظر است همسرش از آپارتمان خارج شود بعد کفش‌هایش را دربیاورد، یکی از کت و شلوارهای همسرش را از کمد دربیاورد و عصبانیت‌اش را روی آن خالی کند. البته راه‌های زیادی وجود دارد.

عصبانیت‌تان را به او نشان ندهید. الان وقت این کارها نیست. حرمت نفس او به اندازه کافی صدمه دیده است. کمک کنید تا حرمت نفس‌اش را دوباره تقویت کند.

دلسرد نشوید

از او بخواهید که روزش را خوب شروع کند. یا شب قبل‌اش با او صحبت کنید و او را تشویق به کار کنید.

می‌توانید این گونه شروع کنید:

۱) به روزنامه فروشی برو و روزنامه تهیه کن.
۲) قسمت نیازمندی و دعوت به همکاری را بخوان.
۳) کارهایی که توانایی انجامش را داری علامت بزن. این اولین قدم است.

این اولین قدم است. ممکن است ۲۵ آیتم در لیست وجود داشته باشد. در پایان روز لیست را به او نشان بدهید، او امکان دارد شگفت زده شود و احساس خوبی داشته باشد. این مرحله می‌تواند به بازسازی اعتماد به نفس او کمک کند تا بتواند کنترل خود را به دست بگیرد.

پرهیز از مجادله

مشکلات خانوادگی با شروع بیکاری مثل قارچ رشد می‌کنند. مردی که هنوز استخدام نشده است احساس بدی دارد. بهترین کار این است که در طول این مدت مجادله نکنید. شاید سخت باشد. مطمئناً سخت است. وقتی که در مورد موضوع صحبت می‌شود به گونه‌ای بحث را عوض کنید. وقتی به سر کارش برگشت وقت زیادی برای صحبت کردن در مورد این موضوع دارید.

وقتی بحران تمام شد او نیاز به پشتیبانی و راهنمایی دارد. ایده‌هایتان را با او در میان بگذارید، استرس را از او دور کنید و کمک کنید به دنبال یک کار مناسب بگردد.

فصل هفتم

ما نادان هستیم

□□□

چرا مردها اینقدر نادان هستند؟ بارها این سؤال را پرسیده‌ام و حتی در خواب هم بدنبال پاسخ بوده‌ام.

پاسخ (در حالت بیداری و خواب)

۱- تا زن‌ها را عصبانی کنند.

۲- نمی‌توانند مشکل شان را حل کنند.

۳- متوجه اشتباهاتشان نیستند.

۴- زن‌ها از مردها می‌خواهند پس آن‌ها هم گوش می‌دهند و کارهای احمقانه می‌کنند.

۵- برای ادامه حیات و حفظ سلامتی.مردهای نادان جان سالم بدر می‌برند.

۶- به مردهای نادان بیشتر خوش می‌گذرد.

۷- نادان بودن انسانی‌تر است.این شامل زن‌ها هم می‌شود.

۸- زن‌ها چنین مردهایی را دوست دارند و رابطه بهتری با آن‌ها دارند.

۹- یک مرد بزرگ را نام ببر تا یک فرد احمق و نادان را به شما نشان بدهم. گاندی؟ هیچ وقت زیر پوش‌اش را عوض نکرد.

۱۰- هیچ کسی کامل نیست.

ممکن است بگوئید که با همه این حرفها ثابت کرده‌ام که خودم هم یک فرد نادان و احمق هستم (درحال خواب) و من به جرمم اعتراف می‌کنم و مسئولیت آن را می‌پذیرم. حقیقت این است که بخشی از مرد بودن انجام کارهای احمقانه است. فکر نمی‌کنم که آن قدرها هم بد باشد.

نظر شما چیست؟ قبل از اینکه به سؤالم جواب بدهید، سؤال دیگری را مطرح می‌کنم. اصلاً آدم احمق چه جور آدمی است؟

چون این کتاب در مورد مردهاست، مردها باید جواب بدهند. دهها نفر از کسانی که به سؤال پاسخ دادند، به این نتیجه رسیده‌اند که در نظر زن‌ها افرادی احمق و نادان هستند ولی تعریف آنها را از این واژه نمی‌پذیرند. دامنه‌ی پاسخ‌ها از بی عاری و لجاجت مردها تا فراموش کار بودن و تأخیر در قرارها ادامه دارد. یکی از پاسخ‌ها خیلی متفاوت بود. نظر« دوروتی پارکر»[1] در مورد یک مرد اصیل‌زاده چنین است:«انسان بی‌خرد کسی است که فراموش می‌کند با همسرش رفتار لطیفی داشته باشد.»

با تمام وجود سعی می‌کنم تعریفش را فراموش کنم و بگویم:« وقتی یکی را می‌بینم یک چیز را می‌دانم.»

وقتی با خانم‌ها در مورد این موضوع صحبت می‌کنم، واضح است که عنصر حماقت وقتی به منتهای درجه‌ی افراط نرسیده است، بخشی از خواسته‌ی آنهاست؛ آن بخشی از جادوی ماست. در تلویزیون به نکته‌ی

1- Dorthy Parker.

مهمی در این خصوص رسیدم:چرا «مادی هایز»[1] سنگین و رنگین در برنامه‌ی تلویزیونی "کار شب" ای بی سی، عاشق فرد نادان و نه چندان شیک و اصیل می‌شود؟ آیا به این دلیل که دیوید فردی ثروتمند است؟ نه، مادی مدیر و دیوید یکی از کارمندانش بود. آیا دیوید خیلی خوش‌تیپ بود؟ نه، دیوید تیپ خوبی داشت اما مثل هنرپیشه‌های هالیوود نبود. تنها دلیلش این بود که دیوید مردی نادان بود. او صد در صد مرد احمقی بود. او از فیلم پیچ پیچی سه دلقک الهام می‌گرفت. مادی سال‌ها با او بدرفتاری کرده بود. او همانند انسان‌های نادان رفتار می‌کرد و دیوانه‌ای خردمند بود. در ضمن، همیشه به خاطر این رفتارش مسئولیت‌ها به او سپرده می‌شد و گاهی دردسر ساز بود. گاهی اوقات مادی عصبانی می‌شد اما دیوانه‌وار دوستش داشت.

با همه این احوال چیزی نمانده بود که متن‌نویسان جذب پیوند کلاسیک دیو و دلبر شوند که وقتی «لورن باکال»[2] و «هامفری بوگارت»[3] در کنار یکدیگر قرار گرفتند، رخ داد. باکان با گفتن «اگر من را می‌خواهی فقط سوت بزن» میلیون‌ها مرد و زنی را که طرفدار فیلم‌های سینمائی بودند هیجان‌زده و به طرف سالن تئاتر کشاند. بوگارت نمونه‌ای از یک فرد نادان و خوش‌گذران شناخته می‌شود که در جنگل پتری فیلدول می‌گردد باسرعت در فیلم ملکه‌ی آفریقا می‌دود و در کازابلانکا مدیر کارخانه«جین» است.

«سندرا برنهارد»[4] ـ کمدین ـ در مصاحبه‌ای گفت:«به لنزمن (دیوید) کنایه نمی‌زنم اما دیوید آنقدر خشک و جدی است که نمی‌شود به او نزدیک شد.» تفسیرتان از چنین جمله‌ای چیست؟ او مثل یک فرد بی‌خرد عمل

1- Maddic Hayes.
2- Leuren Bacall.
3- Humphrey Bogart.
4- Sandra Bernhad.

می‌کند. شاید این رفتار عصبانی‌اش کند اما انگار برایش جالب هم هست.

به جرئت می‌گویم که آدم‌های بی‌خرد یکی از ویژگی‌های پسر بچه‌ها را دارند به خصوص زمانی که ایمنی لازم را در شنیدن جمله‌ی مورد علاقه‌ی کسانی که مرتب تحقیرشان می‌کنند، کسب نکرده‌اند. آن‌ها می‌گویند: «دیدی گفتم! مردها هیچ وقت بزرگ نمی‌شوند. نمی‌توانند بزرگ شوند!»

اگر فکر کنیم که چنین تصوری در مورد ما وجود دارد به دردسر می‌افتیم. کی چنین اتفاقی می‌افتد؟ اولین دروغ؟ اولین عشق؟ پیش آگهی دکتر از لا علاج بودن سرطان؟ بدون ایجاد آستانه‌ای کاملاً واضح و مشخص بین کودک و بالغ بودن، ما رها می‌شویم تا تعاریف خودمان را از مرد و زن بالغ و ایده‌آل داشته باشیم. ما به دنبال این نمونه‌ها هستیم اما آنها عادت کلافه‌کننده‌ای دارند و آن عادت این است که مثل سراب پس می‌روند و توخالی هستند.

خشم شما بالا می‌گیرد و حماقت، زاده می‌شود.
به نظر ظاهری موقرانه ندارد.

مردهای شیک را دو دستی بچسبید

در واشنگتن پست مطالبی را راجع به مردی خواندم که یک سال از عمرش را صرف رسیدن به هیکلی مناسب کرده بود. از آتلانتا به باهاماس آمده بود و هدفش این بود که تغییراتی را در چهره و هیکلش به وجود بیاورد. چاق بود و چهل و پنج سال داشت و از نظر هالیوود خیلی جذاب نبود. چشمانم برقی زد. بانک! ساتن همان آدم بی‌خردی بود که به دنبالش می‌گشتم.

همان روز به نیویورک برگشتم و صبح روز بعد اولین کاری که کردم این بود که به دفتر رئیس‌ام رفتم و راجع به ایده‌ام صحبت کردم. سریع به طرف

در رفتم و ناگهان نظرم عوض شد. به خودم گفتم یک لحظه صبر کن. فکر می‌کنی که نظرش راجع به این کار منفی باشد؟ رئیس‌ام اضافه وزن داشت و عینکی بود و هیچکس نمی‌خواست که باعث ناراحتی او شود. به این فکر می‌کردم که آیا با این کار متهم به تمسخر افراد چاق می‌شوم. برای توقف پروژه خیلی دیر شده بود و استیو فوراً با آن موافقت کرد.

در نتیجه این فرصت را داشتم تا همراه بخش بابا که او "پیش به سوی مردانگی" می‌نامید باشم. خیلی جالب بود. سه داستان برای نمایش امروز نوشتم. شیوه‌ای برای شروع، ادامه و پایان. تماشاگران می‌توانستند بابارا که تبدیل به مردی خوش هیکل شده و مشغول خیال‌پردازی است، ببینند.

وزنش را کم کرد، با برنامه‌ی ورزشی سخت و دقیق ماهیچه‌هایش را تقویت کرد، با جراحان پلاستیک و متخصصان کاشت مو مشورت کرد. کمد لباسهایش را نو نوار کرد. بابا در باهاماس و کالیفرنیا شیوه راه رفتنش را بهتر کرد. به ساحل می‌رفت و سعی می‌کرد زن‌ها را عصبانی کند و چه باور کنید یا نه، سر و صدای زیادی راه انداخت بعضی‌ها تحسینش می‌کردند و بعضی‌ها هم خیلی قبولش نداشتند. واقعیت این است که شما نمی‌توانید همه را راضی کنید.

خلاصه مطلب این که شما انتظار چنین رفتاری را از مردی مسن، قابل احترام و متین ندارید. تنها یک مرد بی‌خرد می‌تواند خودش را تبدیل به فردی زیبا و خوش‌هیکل کند.

دلیلش را می‌دانید؟ مردم دوست دارند. ما از بینندگان عکس‌العمل‌های غیر قابل باوری دریافت می‌کنیم. جین پالری ـ گوینده‌ی نمایش - که از مهمانی نیمه رسمی و سوپر مدرن منهتن بازگشته بود می‌گفت که در آنجا مرتب در مورد مرد خوش هیکل از او سؤال می‌کردند؟ حال بابا چطور است؟» «آیا این داستان واقعی است؟» «عمل بعدی‌اش کی است؟»

ما انسان‌های نادان را دوست داریم؛ دوست داریم خودمان را به آن راه بزنیم.

و در آخر اضافه می‌کنم که بابا شاید یک فرد بی‌خرد باشد اما به هیچ وجه احمق نیست. بعدها پیش به سوی مردانگی تبدیل به یک کتاب، ستون روزنامه و فیلم‌های سینمایی شد.

زنان مجرد و مردان متأهل

مدتی پیش میزبان یک برنامه تلویزیونی بودم و از خانم‌های حضار خواستم که تجربیات‌شان را در مورد موضوع برنامه در اختیارم بگذارند. موضوعاتی مطرح شدند که بعضی از آنها جالب نبودند اما یکی از آنها توجه من را جلب کرد.

اولین زنی که بلند شد گفت که با مردی به مدت سه ماه قرار می‌گذاشته و نمی‌دانسته متأهل است. بعد که متوجه می‌شود به جای اینکه طردش کند، حرفهای مرد راکه می‌گوید می‌خواهد زنش را طلاق بدهد، می‌پذیرد. اتفاقی که هرگز نمی‌افتد.

موافقم که او فرد بی‌خردی بود. اما نظرتان راجع به آن زن چیست؟ مردها در دروغگوئی مهارت دارند اما نه اینقدر زیاد. این اتفاق به این دلیل نیفتاده است که مرد دروغگوی قدری است. سه ماه از رابطه صمیمی آنها با هم می‌گذرد و زن هنوز متوجه نشده که چه اتفاقی در حال رخ دادن است. باورم نمی‌شود که تلاش نکرده است از موضوع سر دربیاورد.

وقتی واقعیتی را انکار می‌کنیم در واقع می‌خواهیم از خودمان در مقابل عواقب آن محافظت کنیم. هیچ کس نمی‌خواهد صدمه ببیند و انکار، عکس‌العملی کاملاً قابل درک است. قابل درک اما خطرناک. می‌توان چیزهای کوچک را انکار کرد و با این کار فراموش‌شان کرد؛ چیزهای بزرگ

هستند که می‌مانند و بدتر می‌شوند.

قرار با یک مرد و غفلت از کشف واقعیت، اینکه او مجرد است یا متأهل، اشتباه بزرگی است. غفلت مراسم ازدواج را بهم نمی‌زند. سادگی ممکن است مسئول این کوته‌نظری باشد. همه ما در زندگی‌مان اشتباهی را از روی سادگی کرده‌ایم. با این همه وقتی زن‌هایی را ملاقات می‌کنم که در زندگی حرفه‌ای شان اهمیتی به داشتن عقدنامه‌ی محکم یا قطعی کردن معامله‌ی کامپیوتر یک میلیون دلاری‌شان نمی‌دهند، این جمله تکراری« فکر کنم خیلی سادگی کردم.» به نظرم خیلی بی‌معناست.

صحنه‌ی فوق‌العاده‌ای در فیلم «راهنمایی برای یک مرد متأهل» وجود دارد. جوی بیشاب با زنی غیر همسرش رابطه دارد. ناگهان همسرش وارد اتاق می‌شود. صحبت‌هایشان را تا جایی که به یاد می‌آورم برایتان می‌گویم: همسرش می‌گوید: «این زن کیست؟!» بیشاب نگاهی به او می‌کند و می‌پرسد« کدام زن؟» «زنی که اینجاست.» «نمی‌دانم راجع به چه حرف می‌زنی.»

بیشاب و بیمبو خانه را ترک می‌کنند در حالی که همسرش بلند فریاد می‌کشد «همان زنی که می‌خواهد در را باز کند.»

سرانجام دوست دختر بیشاب از خانه بیرون می‌رود. این صحنه خیلی طولانی و جالب است و بینندگان را کلی می‌خنداند. در آخر، بیشاب از همسرش می‌پرسد که به چه کسی بیشتر اعتماد دارد. به شوهرش یا چشمهای خودش. همسرش در نهایت تعجب و سردرگمی به دوربین نگاه می‌کند.

بابی موران که یک نویسنده است می‌گوید:« مادرم معتقد است که وقتی مردها حدوداً هشت ساله می‌شوند وارد مرحله‌ای به نام حماقت شده و تا زمانی که شصت و پنج ساله شوند عادات بچه‌گانه‌شان را کنار نمی‌گذارند.

البته با عشقی فراوان این حرفها را می‌زند چون واقعیت این است که مردهایی که اینگونه‌اند مورد توجه زن‌ها قرار می‌گیرند.» و خانم موران اعتراضی را به ستون روزنامه خود وارد می‌کند:«اما در تعقیب شوهر، اغلب سحر و جادو در مسیر واقعیت رخ می‌دهد.»

موافقت خودم را با این حرکت اعلام می‌کنم. اگر چه فکر می‌کنم که اصلاحیه‌ای باید به آن اضافه شود.بزرگ شدن برای مردها و زن‌ها آسان نیست. همان طور که قبلاً هم گفته‌ام مرز مشخصی بین پایان کودکی و شروع بزرگسالی وجود ندارد.ما رها شده‌ایم تا به دنبال ایده‌آل‌های بلوغ بگردیم. آیا انسان بالغ فردی است که هیچ سرگرمی و تفریحی ندارد،کسی که هرگز اشتباه نمی‌کند،یک شهید؟ این فرایند هیچ وقت کامل نیست و کودک درون ما همیشه زنده است. ضرورت بازگشت به گذشته و تجربه ی دوباره‌ی احساس عشق و امنیت که در کودکی برخوردار بودیم هرگز به طور کامل از بین نمی‌رود.به عنوان یک همسر یا عاشق که در قلمرو شخصی یک انسان دیگر زندگی می‌کند، باید انتظار داشته باشید که گاهی روشنایی خیره کننده ناپختگی را ببینید.

جادو، حماقت و ناپختگی ممکن است وارد واقعیت زندگی شود. اما همه‌ی اینها بخشی از واقعیت وجود مرد است. مرد واقعی را نمی‌توان مجسمه‌ای از خوبی‌ها تصور کرد.

فصل هشتم

قرار ملاقات

□□□

قرار گذاشتن آمادگی نهایی یا غیر نهایی برای ازدواج است.و برای اینکه درون مایه ی اغراق‌آمیز آن حفظ شود،جمله ی هدفمند فیلیپ ویلسون را به یاد بیاورید«به هر چه فکر کنید به آن می‌رسید.»

همیشه این حرف خانم‌ها من را متحیر می‌کند که می‌گویند:«کاش همسرم می‌توانست احساساتش را بیان کند.»قبل از اینکه جواب بدهم آرام تا ده می‌شمارم:«وقتی با او قرار می‌گذاشتی از احساساتش می‌گفت؟» معمولاً یک یا دو دقیقه‌ای شاهد رقص استپ زبانشان هستم. همیشه من من می‌کنند و می‌گویند:«یک کمی... گاهی اوقات...خوب نه خیلی.» و در آخر به جواب واقعی «نه » می‌رسیم.

حالا سؤال دیگری مطرح می شود: «چه چیزی باعث شده که فکر کنید ناگهان بعد از ازدواج عوض می‌شود؟»

بعضی از زن‌ها در دامی اسیر می‌شوند که دوستم دکترجورجیاویتکین [1] آن را عشق به بخش نهفته‌ی مردها می‌نامد.برای کسی که در بیابان گم شده است،درختان نخل و زمزمه جویبار که در دور دست‌هاست، بهشت گمشده یا سراب احتمالی است. همانند سراب به پتانسیل‌های او فکر می‌کند.ممکن است واقعی باشد،اما لطفاً بطری آب را دور نیندازید.

همه‌ی ما کم و بیش به حرف‌های خانواده هایمان گوش نمی‌دهیم.اگر چه خیلی کلیشه‌ای شده است اما در این ضرب المثل قدیمی،حقایق زیادی نهفته است «سیب خیلی دور از درخت نمی‌افتد»اگر پدرش را ملاقات کرده‌اید و پیرمرد فقط یک پیرمرد است(از نظر دیدگاهش به زن‌ها)،تعجب نکنید اگر رفتار پسر برگرفته از همان ارزش‌های پدر باشد.و اگر او کاملاً با دیدگاه پدرش مخالف است،ظاهر روشنفکرانه او که شما را جادوکرده است روزی بلاخره از بین خواهد رفت.

بر عکس‌اش هم درست است. دانا خودش رامتقاعد کرده بود که شیوه‌ی کار جیم- خشن، تهاجمی و غیراخلاقی است- آن چیزی نیست که انتظارش را داشت و تحسینش می‌کرد.و جیم مجذوب موقعیت اجتماعی دانا شده بود. شش یا هفت ماه بعد از شروع رابطه شان،دانا متوجه شد که محبوبش به راستی خشن و پرخاشگر بود و اخلاق خوبی نداشت.جیم جذاب و دلربا، جیم واقعی نبودوبعد از دیدن رفتار جیم با دوستانش در محل کار،باید حواسش را جمع می‌کرد.

اشتیاق انسان در امیدواری به کسب بهترین‌ها،خیلی وسوسه‌انگیز است. خودتان را گول نزنید.مرد تغییر نمی‌کند.او را همان طوری که هست بپذیرید.تغییر الگوهای رفتاری ثابت هر کسی بسیار دشوار است و در کل

1- Georgia Witkin.

برای تغییر دهنده و تغییر کننده فرآیند خوشایندی نیست.

حس رقابت به رابطه‌تان صدمه می‌زند

محل قرار مکان مناسبی برای مسابقات المپیک نیست.دوست یا عاشق بودن آنقدر مشکل است که نیاز به تلفیق عشق و دوستی با رقابت نیست و نتیجه ی در هم آمیختن آنها انحراف رابطه و صدمه به آن تا جایی است که می تواند آن رابطه را به نقطه ی پایان برساند.

زنی را می‌شناسم که روانشناس است و تصور ما در مورد روانشناسان این است که مسائل و راه حلشان را خوب می‌شناسند.به من گفت که یک بار مردی را که تازه با هم آشنا شده بودند به مسابقه ی ماشین سواری دعوت کرده است.هدفش این بود که می‌خواست ثابت کند زن‌ها راننده‌های بهتری هستند.پرسیدم که چقدر موضوع برای او مهم بوده است. گفت:«فقط فکر کردم که به ما خوش می‌گذرد.»

تعبیر زن از مسابقه،خوش گذرانی و تفریح بود؛ولی من به چنین کاری می‌گویم اشتباه.مرد به اندازه ی کافی در محیط کارش مسابقه می‌دهد و رقابت می‌کند.وقتی کنار زنش است به تنها چیزی که فکر نمی‌کند مسابقه دادن است.

البته کسانی هم هستند که دیوانه وار عاشق رقابت هستند و نمی توانند جلوی خودشان را بگیرند.آنها تشنه ی انگیزه‌ای برای مبارزه و کسب امتیازهای هیجان‌انگیز هستند.دوباره می‌گویم که اگر او به رقابت معتاد شده است،نمی‌توانید درمانش کنید و یا تغییرش بدهید.اگر عاشق چنین کسی شده‌اید، مهم است که درک کنید که رقبا به دو گروه تقسیم می‌شوند:برنده‌ها و بازنده‌ها.وقتی دو نفر رابطه‌ی خیلی نزدیکی با هم دارند، عرصه ی رقابت فضای زیادی را برای سازش و مصالحه باقی

نمی‌گذارد.نتیجه قانون خشک و انعطاف ناپذیری است-مرد می‌برد،شما می‌بازید؛شما پیروز می‌شوید،شوهر تان می‌بازد.

مردها تازه یاد گرفته‌اند که چطور با رقابت زن‌ها در محیط کار کنار بیایند و بعضی از ما یادگیری ضعیفی داریم.بعضی از مردها از دوران کودکی رقابت با دیگر هم جنسانشان را آغاز می‌کنند.ما یاد گرفته‌ایم که چطور از پس هم بربیائیم اما وقتی زن‌ها وارد میدان می‌شوند،بازی جدیدی شروع می‌شود.این شاید به توضیح اینکه چرا گاهی اوقات مردها رفتار سنجیده‌ای با خانم‌های همکارشان ندارند،کمک کند؛ گاهی اوقات زن ستیزانه و گاهی بزرگوارنه.احتمالاً از کلماتی مثل«عزیزم» و «نازنینم»در صحبت با کسانی که می‌خواهند ما را به زمین بزنند، عصبانی کنند و حساب یک میلیون دلاری الید بلروپ را خالی کنند،استفاده نمی‌کنیم.

زن‌ها هستند که مردها را مجبور می‌کنند مودبانه با آنها صحبت نکنند. گفتم که رُک هستم. برآورد پائین تحریک غریزه ی رقابت که در مردها کاملاً رشد یافته و قدرتمند است،اشتباه بزرگی است.

در قرون گذشته،مردها تنها با نیمی از مردم دنیا-مردهای دیگر-رقابت می‌کردند.در حال حاضر مرد در دو جبهه می‌جنگد.برای زن‌ها و مردها بهتر است که حداقل یک منطقه ی غیر نظامی در زندگی شان داشته باشند. در محیط کار با همکارانتان رقابت کنید اما در خانه این کار را نکنید.

تماس بگیریم یا نه

چنین اتفاقی برای شما افتاده است؟به مهمانی فوق‌العاده‌ای دعوت می‌شوید؛ تقریباً دو ساعتی را با مردی جالب و خوش تیپ به قصد ازدواج هم صحبت می‌شوید.همه چیز خوب پیش می‌رود و او شماره ی تلفنتان را می‌گیرد.مشکلی نیست.کارت تان را بر می‌دارید و شماره تان را روی آن

می‌نویسید.می‌گوید که چند روز دیگر با شما تماس می‌گیرد. عالی است!

و بعد هرگز خبری از او نمی‌شود.

همیشه چنین اتفاقی می‌افتد.برای اینکه بفهمید که آیا چنین اتفاقی برایتان دوباره می‌افتد یا نه،تکنیک خوب و مطمئنی دارم.وقتی تلفن تان را می‌خواهد، بدهید و شما هم شماره ی تلفن شان را بخواهید.

هیچ دلیل مشخصی برای توضیح اینکه چرا مردها تماس نمی‌گیرند وجود ندارد. شاید بیشتر فکر کرده و به این نتیجه رسیده است که شما اصلاً به درد او نمی‌خورید. فراموشی‌اش بهبود یافته است. فقط می‌خواسته که مودب باشد و فکر می‌کرده که شما از او انتظار دارید که شماره‌تان را بپرسد.شاید کارت و شماره و حتی کت بلیزر آبی رنگش را دور انداخته است. شاید پای یک بحران خانوادگی در میان باشد.

یک تماس فوری بعد از اینکه چند روز از اولین ملاقاتتان گذشت،باعث می‌شود که تردیدهایتان برطرف شود.اگر دیگر به ادامه ی ارتباط علاقمند نیست،پیام واضح و روشن است. طوری نشده. اگر علاقمند است، چه بهتر.این شمائید که پیروز می‌شوید یا حتی رابطه را به پایان می‌رسانید.

احتمال دیگری وجود دارد.ممکن است بترسد که چنین جملاتی بشنود «دیوید...دیوید...اهل هارواد یا جورج نون؟»یا«به من بگو چه لباسی پوشیده بودی؟»

مردها می‌ترسند که دست رد به سینه شان زده شود.ما سعی می‌کنیم تا جائی که ممکن است خودمان را در چنین شرایطی قرار ندهیم.از مردهای موفق شنیده ام–در مورد کسانی صحبت می‌کنم که تحولات عظیمی به وجود آورده اند–که ترس از جواب رد خانم‌ها بدترین احساسی است که تجربه کرده‌اند و آنها هرگز ریسک نمی‌کنند.

همان طور که قبلاً هم گفته‌ام،این احساس ترس ریشه در اهمیت رابطه‌ی

زناشویی در ذات مرد دارد.وقتی زنی پیشنهاد ازدواج او را نمی‌پذیرد،بی پناه و آسیب‌پذیر می‌شود.وارن فارول-مولف و معلمی که در فصل سوم در موردش صحبت کردم-سمیناری را برگزار کرد و از مردها خواست نقش زنان سنتی را بازی کنند و زن‌ها هم عهده دار نقش اجتماعی مردها شدند.وارن از مردها می‌خواهد که بایستند و بچرخند تا از هر زاویه‌ای بتوان آنها را دید.در سمیناری که او ماهرانه برگزار می‌کرد، زن‌ها با دعوت مردها(به قصد ازدواج) به شام، باید ریسک شنیدن جواب منفی را می‌پذیرفتند.

این کار باعث شد که سمینار جهتی خردمندانه به خود بگیرد و در پایان می‌توانستم غلبه قدرت زن‌ها را حس کنم(اولین بار اصطلاح هدف موفقیت را در یکی از سمینارهای وارن شنیدم، روشی فوق‌العاده برای گرم کردن بحث در مورد زنانی که تشنه‌ی توانایی‌های جسمانی مردها هستند. راهی که شأن زن‌ها را تا مرتبه ی تبدیل شدن به موجودی بی ارزش پائین می‌آورد.)

همدم نامرئی

زن‌ها با به دست گرفتن ابتکار عمل در زندگی واقعی،در بخشی از این ریسک سهیم شده‌اند؛یعنی همان صدمات حاصل از نه شنیدن.اما معاوضه بدین معنی است که شما کنترل بیشتری در جریان قرارها دارید.

مشکل از آنجا شروع می‌شود که معمولاً رفتار غیر سنتی،نامناسب و ناهنجار خانم‌ها به پرخاشگری تعبیر می‌شود.بدنامی، فرار از تنش‌های کلیشه‌ای را برای زن‌ها مشکل کرده است.به ما گفته‌اند که کلیشه‌ها باید از بین بروند.

گرچه در میان عوام،این عقاید ستیز جویانه رشد کمتری داشته است.

چون آشنایی و ازدواج به طور خصوصی و بدون حضور گروهی از داوران صاحب نظر در هر مرحله غیر ممکن است و ندیمه‌های دختر ممکن است از گوشه و کناری بیایند و او را در حال ارتکاب گناه ببینند.

تقاضای بیرون رفتن از طرف زن‌ها ،مردها را شگفت زده می‌کند.اولین باری که چنین اتفاقی بیفتد،مردها او را در گروه «زنان جسور»می‌گذارند.بعد از دومین یا سومین قرار ملاقات،زن جسور تبدیل به زن دوم می‌شود.

اگر زن‌ها ابتکار عمل را به دست بگیرند،روند تغییر به جریان می‌افتد.اگر خودتان پیشنهاد ندهید باید صبر کنید تا دیگران به شما پیشنهاد بدهند.دو گزینه برای انتخاب دارید:بی تفاوتی یا وارد عمل شدن.مثل همیشه برای عملی شدن هر تصمیمی باید ریسک شکست و شنیدن پاسخ منفی را بپذیرید.

به طور کلی،رهایی از ترس جواب منفی شنیدن،چنان مزیتی برای مرد دارد که مراحل وحشتناک و سخت شروع یک رابطه را که برای مردها عذاب آور است و گاهی با بدشانسی همراه می‌شود،از یادشان می‌برد.

ابتکار در قرارها

زنان مدرن بسیاری را دیده‌ام که برای ارتقاء موقعیت کاری شان بسیار سیاست مدار،خلاق و مسئولیت‌پذیر هستند.کارهای غیر ممکنی را انجام می‌دهند و در شهرهایی مثل نیویورک،فیلادلفیا و شیکاگو مکان‌های جالبی را برای زندگی پیدا می‌کنند.آنها سرشار از خلاقیت هستند و حتی برای خرید و کادو کردن هدیه تولد دوستشان هم هوشمندانه و خلاقانه عمل می‌کنند.

آنها زنانی پرنشاط هستند.حالا که وقتش رسیده تا ابتکار عمل را به

دست بگیرند و با مردان جدیدی آشنا شوند،چرا از قابلیت هایشان استفاده نمی‌کنند؟ تصمیمات خلاقانه‌ی آنها که نشانه هایش را می توان در آپارتمان،هدیه و کارشان دید،شامل رابطه شان با مردها نمی‌شود.نتایج غافلگیر تان نمی‌کند.

بعضی از مردها و زن‌ها به آگهی‌های شخصی ایمان دارند.اما واقعاً به بهترین روش توصیف خودتان فکر کنید.یک ویژگی در خور توجه بیابید که علاقه ایجاد می‌کند.خودتان را با گفتن «من جذابم...یک مجلس گرم کن...در جستجوی مردی باهوش...»به زحمت نیندازید،خسته کننده است.دنبال چیزی باشید که شما را متفاوت می‌کند یا روی عواملی متمرکز شوید که شما را در مورد مرد سر ذوق می‌آورد یا حالتان را می‌گیرد.امی راننده‌ی تاکسی کار کشته‌ای بود که همه‌ی راه‌های میان بر بین اوهار و پالمرهوس را می‌شناخت.او به من گفت که موفق ترین آگهی هایش این گونه شروع می‌شوند:«راننده‌ی تاکسی وی اس اف معتاد به لباس‌های لورا اشلی- سگ‌های بزرگ دو رگه و ویولون سل-به دنبال مردی است که آماده‌ی پذیرش زندگی و شاید عشق باشد.»به نظر طرح مختصر و دقیقی از امی ارائه شده است،کسی که شیفته ی ظاهر روستایی هاست و یک جانور عظیم الجثه را در صندلی جلوی ماشین اش می‌نشاند تا چشم مسافران بی نظم و ترتیبش را بترساند و هر وقت در ترافیک گیر می‌افتد، ویولون می‌نوازد.آگهی باید ویژه باشد.خودتان را گول نزنید.اگر در آگهی هایتان گفته‌اید که عاشق کتاب و پیاده روی طولانی مدت در طبیعت هستید،بهتر است به هوای تازه و بوی کتاب تازه چاپ شده حساسیت نداشته باشید.

آگهی می تواند تصویر نادرستی را هم از شما ارائه بدهد.مرد بعد پنج ثانیه ملاقات متوجه می‌شود که فریبش داده‌اید.

حرف آخر در مورد آگهی و امنیت شخصی.صدها یا شاید هزاران

نفر،آگهی شما را خواهند خواند.راهی وجود ندارد که مطمئن شوید این آگهی به دست آدم‌های عجیب و غریب،غیر عادی و دیوانه نمی‌رسد.برای اینکه آسیب نبینید اولین کار این است که با کسانی که از طریق آگهی آشنا شده‌اید،در خانه یا آپارتمان تان قرار نگذارید.با این تدبیر اساسی می توانید اضطراب و خطرات فیزیکی را کاهش بدهید.در دومین یا سومین قرار ملاقات با او شام بخورید.متوجه می‌شوید که آیا فرد مطیع و رامی هست یا نه.

تا دلت بخواهد گاف

اولین قرار برای آشنایی جهت ازدواج پر دردسر است و فکر می‌کنم همه کاملاً ناشیانه رفتار می‌کنند.دوستی دارم که آرایشگاه دارد و من از او خواستم که از مشتری‌هایش بپرسد که چه کارهایی را نباید در اولین ملاقات انجام داد.

- *در مورد نامزد یا شوهر سابق تان حرفی نزنید.*
- *در مورد نامزد یا نامزد سابقش سوالی نپرسید و سین جیمش نکنید(اما اگر خودش سر صحبت را باز کرد،با دقت گوش بدهید.)*
- *در مورد رژیم غذایی تان خیلی مانور ندهید به خصوص وقتی که شما را به رستورانی لوکس برده است.*
- *در مورد وضعیت مالی اش کنجکاوی نکنید.*
- *اگر از شما بخواهد که صورت حساب را دو نفری بپردازید،متعجب نشوید.*
- *اسم دوستتان را فراموش نکنید.*
- *اگر فراموش کردید،اعتراف نکنید.*
- *لنزهایتان راگم نکنید.*

- اگر هم گم کردید برای پیدا کردنش روی زانوهایتان خم نشوید. رهایشان کنید.
- از پیش خدمت نخواهید که برایتان غذای اضافه بیاورد.
- از او نخواهید که از پیش خدمت بخواهد برایتان غذای اضافه بیاورد.
- وقتی از پیش خدمت غذای اضافه می‌خواهد به او نخندید.

وقتی موضوع بحث اولین قرار ملاقات است، لازم میدانم که شیوه هایی را که قبلاً قابل اطمینان و خطاناپذیر بودند، رد کنم. آنها معتقد بودند که توانایی‌های جسمی مردها به روش غذا خوردن شان مرتبط می‌شود. تقصیر من نیست که این روش جواب نمی‌دهد .من فقط یک واسطه‌ام. «کریس اسکات»[1] ادعا می‌کند که این روش دقیقی است. و من آنقدر جوانمرد هستم که واقعیت را از خانم‌ها بپرسم. او می‌گوید که به روش غذا خوردن مردها دقت کنید. اگر با دقت از قاشق و چنگال استفاده می‌کند و خیلی مرتب غذا می‌خورد، فراموشش کنید. او فرد بی بنیه‌ای است. کسی که قدرتمندانه چنگال را در غذا فرو می‌کند و با رغبت طوری غذا می‌خورد که انگار اولین و آخرین دفعه است، مرد قدرتمندی است.

دفعه‌ی بعد که کریس را ببینم، پیش بینی اش را در مورد مردهایی که خودشان را درگیر قاشق و چنگال نمی‌کنند و فقط سرشان را پائین انداخته و غذا را می‌بلعند، می‌پرسم.

اقدامات دوستانه

«نزدیکی عاطفی» اصطلاحی است که مدام در بین زنان یا در برنامه‌های تلویزیونی که پر مخاطب هستند، شنیده می‌شود. اوایل فکر می‌کردم که یکی

1- Chris Scott.

از همان اصطلاحات کلیشه‌ای است که مدام مُد می‌شوند و از دور خارج می‌شوند. اما شنیدن مکرر این اصطلاح باعث شد که متوجه شوم چیزی بیش از زبان آدم‌های سوپر مدرن است.

یکی از ویژگی‌های مشترک زن و مرد این است که هر دو نیازمند عشق و دلبستگی اند.نزدیکی عاطفی که پیوستن دو روح و نه دو جسم است، تصویر کیفیت عشق است.همه‌ی ما به چنین چیزی نیازمندیم که به هیچ وجه یک فرآیند نیست-چیزی که تصویری مکانیکی از عشق به وجود می‌آورد؛شیمی و جادو هم درگیر شده‌اند.به هر حال همه به میزان خاصی از نزدیکی عاطفی نیازمندند تا تعادل و شادی را در زندگی شان حفظ کنند و زنده بمانند.

تفاوت زن‌ها با مردها این است که مردها می‌توانند حتی بدون نزدیکی عاطفی، رابطه‌ی زناشویی برقرار کنند ولی زن‌ها قادر به چنین کاری نیستند. مرز بین آنها برای بیشتر مردها خیلی مهم نیست.برای آنها خوشایند است که با معشوق شان نزدیکی عاطفی داشته باشند و این بدان معنی است که رابطه‌ی زناشویی بهتری با آنها خواهند داشت اما اگر چنین نزدیکی هم وجود نداشته باشد،مشکلی پیش نمی‌آید.

قطعاً زن هایی هم هستند که اهمیتی به نزدیکی عاطفی نمی‌دهند؛تنها چیزی که برایشان مهم است رابطه‌ی زناشویی است.مردهایی هم هستند که خواهان نزدیکی عاطفی حتی قبل از تصور بازکردن کروات شان هستند.درست نیست که از قوانین انعطاف ناپذیری برای همه استفاده کنیم.اما برای بیشتر مردها،نزدیکی عاطفی در اولویت نیست.

این می‌تواند دلیل اصلی جر و بحث زن‌ها و مردها باشد. وقتی نیاز زن‌ها به نزدیکی عاطفی، قبل یا بعد از رابطه‌ی زناشویی تأمین نمی‌شود، عصبانی و ناامید می‌شوند. «مرد چه مشکلی دارد؟» یا «من چه مشکلی دارم؟»

سؤالاتی هستند که به ذهنش خطور می‌کند و واقعیت این است که تقصیر هیچ‌کدامشان نیست.

مردها گام‌های کوچکتری به طرف نزدیکی عاطفی برمی‌دارند. احتمالاً به هدف می‌رسند اما در سرعت، رکورد به دست نمی‌آورند. در یکی از برنامه‌های تو دی شو با یک راننده‌ی کامیون به نام کلیف قهوه خوردم. کلیف گله می‌کرد و می‌گفت:«زن‌ها همیشه برای رسیدن به خواسته‌هایشان خیلی عجول هستند.» گفت برای اولین بار با زنی قرار گذاشته است و همه چیز خیلی خوب پیش می‌رفته ؛ ناگهان زن شروع به برنامه‌ریزی زندگی‌شان می‌کند انگار زن و شوهر هستند و می‌گوید:«برویم اینجا... برویم آنجا... این کارها را بکنیم...». این دو نفر که خیلی همدیگر را نمی‌شناسند، ناگهان تبدیل به یک زوج می‌شوند. قبل از اینکه مرد تصمیمی در مورد آینده‌اش بگیرد، زن شروع به خیال‌پردازی و تصمیم‌گیری در مورد زندگی مشترک‌شان می‌کند. آنهانزدیکی عاطفی کمی دارند.

اولین قرار ملاقات، زمان مناسبی برای فروشگاه رفتن و نوشتن اسمتان روی بشقاب‌های چینی نیست. آرام باشید. نمی‌گویم که باید خیلی سخت‌کوش باشید تا مرد مورد علاقه‌تان را پیدا کنید؛ این کارها قدیمی شده است. معتقدم که باید روراست بود و واقعیت‌ها را گفت. رک و پوست کنده حرف زدن،مردها را نمی‌ترساند اما وقتی کنترل اوضاع از دستشان خارج می‌شود، عصبی می‌شوند. مردها وقتی می‌فهمند که زن‌ها قبل از اینکه پف فیل سرد شود و قبل از شروع فیلمی که قصد دارند با هم ببینند،از زندگی مشترک حرف می‌زنند، شوکه می‌شوند.

متأسفانه، فرمول موفقی برای بیدار کردن ارزش‌ها و رشد نزدیکی عاطفی وجود ندارد. قطعاً اولین قرار ملاقات برای چنین کاری خیلی دیر است. دنبال نشانه‌های شعله‌ور شدن نیازش به نزدیکی عاطفی بگردید (این

نیاز را با نیازهای زناشویی که همیشه شعله‌ور است اشتباه نگیرید.)

ایسا و تام همدیگر را در شب سال نو ملاقات کردند. قبل از ساعت ۱۲ شب، در مورد ازدواج صحبت کردند و یک هفته بعد نامزد شدند. به این می‌گویند عشق در اولین نگاه، اما این عشق دوام نیاورد. آن‌ها جدا شدند و فکر میکنم دلیلش عجله بیش از حد بود. آنها باید از لحاظ عاطفی به هم نزدیک‌تر می‌شدند اتفاقی که هرگز رخ نداد. شتابزدگی و نسنجیده عمل کردن آن‌ها را از مسیر واقعی خارج کرد. تام با لجاجت سعی کرده است از مرحله‌ی نزدیکی عاطفی عبور نکند و مستقیم وارد مرحله‌ی نزدیکی زناشویی و ازدواج شود. یک جزء اساسی همیشه از رابطه‌ی آنها حذف شده است.

مدارک کافی برای اثبات دیدگاهم ندارم، اما فهمیدن این موضوع شگفت‌زده‌ام نمی‌کند که لیسا خواسته‌ی خودش - نزدیکی عاطفی - را به تام نسبت داده است. راحت‌ترین راه برای انعکاس امیدها، نیازها و معیارهایمان استفاده از دیگران به عنوان آینه‌ی تمام رخ خودمان است. وقتی که شخص کاملاً متفاوت از کسی می‌شود که ما در ذهن‌مان مجسم کرده بودیم، خیلی ناامید می‌شویم.

روزی از من پرسیدند که آیا راهی برای علاقمند کردن بیشتر مردها به نزدیکی عاطفی وجود دارد. همان طور که آن موقع گفتم و حالا تکرار می‌کنم، چنین کاری را نمی‌توان کرد. تلاش نکنید. خودش باید بخواهد که اهمیت بیشتری به آن بدهد. می‌توانید نهایت تلاش‌تان را بکنید تا بهترین باشید. فقط خودتان باشید. به نظر کلیشه‌ای است، اما تنها روشی است که در دراز مدت جواب می‌دهد. نزدیکی عاطفی زمانی رخ می‌دهد که پیوند صادقانه‌ای بین مرد و زن وجود دارد.

سفر با نامزد

این روزها سفر در دوره‌ی نامزدی خیلی مرسوم شده است، اما اگر تصمیم گرفته‌اید که با نامزدتان سفر کنید، مطمئن شوید که رابطه‌تان بر پایه‌ی خوبی، صمیمیت و اعتماد است. محلی برای شکار در آفریقا،کلبه‌ای در جنگل ماین یا ساحل آرام کاربین جای مناسبی برای فهمیدن اینکه همسفر شما همسر خوبی برای شما نخواهد بود، نیست.

گذراندن تعطیلات آخر هفته می‌تواند سخت‌تر از آن چیزی باشد که تصورش را می‌کنید اگر مجبور باشید کنار کسی باشید که به او اعتماد ندارید. در چنین وضعیتی یک یا دو هفته ممکن است یک سال به نظر برسد. برخلاف قرارها، تعطیلات آخر هفته باید ۲۴ ساعت روز را کنار نامزد یا دوستتان باشید. اگر احساس خوبی نداشته باشید، بهار پاریس یا فوریه جانیو برایتان فرقی ندارد.

یکی از عناصر کلیدی معادله تصور مردها- که اغلب اشتباه است- این است که زن‌ها درک می‌کنند که این عطش بخشی از برنامه سفر است. می‌توان توضیح داد که این میل شدید منشأ خجالت زدگی و اضطراب است و تلاش او برای رزرو اتاق هم شرایط را بهتر نمی‌کند. اگر احساس می‌کنید که خیلی خوب او را نمی‌شناسید و آنقدر راحت نیستید که بپرسید هدفش از دعوت چیست، احتمالاً آن قدر با او آشنا نشده‌اید که بتوانید تعطیلات‌تان را با او بگذرانید.

وقتی مردم زمان بیشتری را با هم می‌گذرانند، تغییر می‌کنند. عادت‌های جزئی که خیلی در قرارها مهم به نظر نمی‌آیند و توجهی به آنها نمی‌شود، می‌توانند عامل اصلی ناراحتی و خشم باشند. قبل از اینکه به تعطیلاتی طولانی مدت با نامزدتان بروید، چند سفر کوتاه را تجربه کنید. این کار باعث می‌شود که نه تنها جلوی وقایع ناخوشایند را بگیرید بلکه شناخت

دقیقی از برنامه‌ی روزانه‌ی او به دست می‌آورید و اطلاعاتتان راجع به او بیشتر می‌شود. از علایق، نقاط ضعف و قدرت همدیگر مطلع می‌شوید. گرچه حتی این قبیل کارهای محتاطانه هم باعث تضمین موفقیت شما نمی‌شود. قبل از ازدواج، با زنی که از سالها قبل می‌شناختم تعطیلات بدی را در اسپانیا و پرتغال گذراندم. در این سفر بود که متوجه شدم که ما نمی‌توانیم بیش از چند روز با هم مسافرت کنیم. وقتی به لیسبون رسیدیم، رابطه‌مان رابه هم زدیم.

مثالی دیگر، تانیا که دوستی صمیمانه‌ای با نامزدش دارد، قبل از سفر مشترکشان، توافق نامه‌ی کتبی را تنظیم کرد. یکی از مفاد توافق‌نامه این بود که هیچ وقت کنترل‌شان را از دست ندهند. با مشاهده‌ی اولین نشانه‌ی تغییر حالت، کسی که زود از کوره درمی‌رود باید خانه را سریع ترک کند و تا زمانی که آرام نشده است برنگردد.

توافق نامه شامل مسائل مالی هم می‌شود، برنامه‌ی سفر محدود به وقت موزه (تانیا بیش از چهار ساعت در روز در باغ کار می‌کند) و گردش خودسرانه و انفرادی هم می‌شود تا هر یک از زوجین ساعاتی به کار مورد علاقه‌شان بپردازند.

مواظب کشتی‌های دریاگردی و اقامتگاه‌های مستقل هم باشید. با انداختن قایق نجات به دریا یا پیاده‌روی در جنگل در هوای بارانی، ریسک گم شدن را پذیرفته‌اید و هر مشکلی که پیش بیاید راه فراری ندارید. اگر نقاب شاهزاده‌ی خوش‌تیپ را از چهره‌اش کنار بزند و تبدیل به قورباغه شود، برای مدتی طولانی و شاید همیشه گیر می‌افتید. هیچ‌کس نمی‌خواهد که تعطیلات تمام شود، اما اگر همسفری دارید که اذیت‌تان می‌کند، از نظر عاطفی ثبات ندارد، مواد مخدر و یا الکل مصرف می‌کند و با شما مهربان نیست، چاره‌ای جز ترکش ندارید.

هزینه‌های تعطیلات را هر دو بپردازید. مشکلی پیش نمی‌آید اگر کمی از هزینه‌های سفر تجاری‌تان را که پس‌انداز کرده‌اید، خرج کنید. اگر پول راه را شما می‌پردازید، او می‌تواند هزینه‌ی هتل را بدهد. اما این قانون را در ذهن داشته باشید که معادله دو طرفه است.

اگر اصرار به تأمین مخارج یک سفر رمانتیک دارد، دو راه بیشتر ندارید یا می‌توانید عقب بنشینید و از غذا و نوشیدنی‌ها لذت ببرید یا اینکه دعوتش را قبول نکنید و در خانه بمانید. نمی‌توان این نقل قول قدیمی را نادیده گرفت «هر چقدر پول بدهید آش می‌خورید.» اگر نقش مهمانی قابل احترام را بپذیرید، تا حدی کنترل اوضاع را از دست می‌دهید. به هر حال باید متوجه باشید کسی که صورت‌حساب‌ها را پرداخت می‌کند تعادل قدرت را به طرف خودش می‌کشد. با پرداخت نیمی از صورت حساب، استقلال‌تان را حفظ کنید. شاید خانمی بگوید« هی، من هم سهمی دارم. عروسک خیمه‌شب بازی نیستم. صاحب اختیار خودم هستم.»

می‌دانم که امروزه تقسیم هزینه‌ها خیلی مرسوم نیست، اما عملاً چند مزیت دارد. یکی اینکه بدهکار کسی نیستید. وقتی مردها صورت حساب شام یا نوشیدنی را می‌پردازند، توقعات‌شان بالا می‌رود و فکر می‌کنند شما باید کامل در اختیارشان باشید. نصف کردن هزینه‌ها باعث می‌شود که به او بفهمانید که حاضر نیستید جایزه‌ای بزرگ برای او باشید.

با توجه به تجربه، می‌توانم بگویم که ایده‌ی خوبی نیست که افراد دیگری را وارد رابطه‌تان کنید. شماره تماس و محل زندگی‌تان را عوض کنید؛از فرصت سوء استفاده کنید و دوست قدیمی و جدیدتان را وارد بازی کنید.

گاهی اوقات حتی اتفاقات بدتری می‌افتد.اگر مجبور شوید که همسفرتان را ترک کنید-اگر اذیت تان می‌کند و تعطیلات تان را خراب

می‌کند-نترسید و این کار را بکنید.شاید مجبور شوید که پولی را که همسفرتان برایتان خرج کرده ،پس بدهید.اما این اندک بهایی است که برای حفظ سلامت روح و جسم تان می‌پردازید.

گاهی اوقات اتفاقات خوشایندی می‌افتد.شاید آن مرد بهترین همسفر باشد.اگر این گونه باشد،به یاد داشته باشید که تعطیلات فرصت خوبی برای شناخت بیشتر مردها در دراز مدت است اما سفرهای یک روزه شناخت واقعی از آنها ارائه نمی‌دهد.مرد خارج از زیستگاه،دور از دفتر و دوستانش است.وقتی این مرد عاقل و بالغ و عاشق پیشه به خانه و سرکار بر می‌گردد،می‌تواند دوباره عادت‌های کاری اش را از سربگیرد.مردهای کمی هستند که می‌توانند شخصیت شان را پنهان کنند و احتمالاً شما چنین تغییراتی را متوجه می‌شوید مثلاً وقتی که دوره گردی در ساحل آرزو می‌کند صندل هایش را با کفش‌های دیپلمات عوض کند.

بدانید که دنبال چه جور مردهایی هستید

«مردها متأهل،اهل دل یا نادان هستند»چند بار چنین اظهار تأسفی را شنیده‌اید؟مطمئن ام به تعداد دفعاتی که جمله‌ی «روز خوبی داشته باشی!»را شنیده‌اید.خوشبختانه واقعیت ندارد.

باور کنید که می‌دانیم مجردها چه سختی هایی را تحمل می‌کنند.از زن‌های بی نظیر،داستان‌های وحشتناکی شنیده‌ام.مراقب باشید؛آن مرد خاص دور و بر شما نیست.

مردهای مجرد زیادی در سراسر دنیا وجود دارند،مردهایی که قادر نخواهند بود خواسته‌های شما را برآورده کنند.آنها باهوش،با شخصیت،شوخ طبع،پولدار،بامعرفت و تحصیل کرده به نظر نمی‌آیند.شما باید این موارد را با هم ترکیب و هماهنگ کنید و به دنبال کسی بگردید که

مناسب شما باشد.اگر مردها را مجبور کنید که حدس بزنند کدام فاکتور در رأس خواسته‌های زنان است، تردیدی نیست که آنها پول را انتخاب می‌کنند و سعی می‌کنند در شروع یک رابطه نقش فردی دست و دلباز را بازی کنند.

این طرز تفکر شاید ریشه در روزهایی دارد که زنان چنین توقعاتی داشتند. هر عاملی ممکن است باعث ایجاد چنین توقعی شده باشد اما پول موضوعی است که استرس زیادی به مردها وارد می‌کند. کسانی که تازه وارد هستند معمولاً پول کافی ندارند.مردانی را دیده‌ام که با تلاش برای اثبات شخصیت دوست داشتنی،خونگرم و خردمندشان به زن‌ها،آن هم وقتی که موجودی حساب شان کم است،خودشان را مضحکه ی خاص و عام کرده‌اند.

واقعیت دردناک این است که بیشتر مواقع درآمد،موقعیت اجتماعی یا قدرت باعث می‌شود که مردی واجد شرایط عشق ورزی باشد یا نباشد.

بسیار خوب گاهی اوقات انسان دوست دارد تا ظلم هایی را که دیگران به او می‌کنند، تلافی کند.همه‌ی ما به آنچه که شایستگی اش را داریسم می‌رسیم و شاید کسانی هم که خیلی تلاش کنند،به موفقیت دست یابند.خیلی نگران این قبیل بی عدالتی‌ها نیستم.آنچه که باعث نگرانی من شده است این است که روابط خوب زن و مردها تنها به این دلیل از بین می‌رود که پول، علائم عشق را تحت شعاع قرار می‌دهد.

آئین همسریابی گویا از مردها می‌خواهد که به همسران شان ثابت کنند که آنقدر پول دارند که برای زن هایشان ریخت و پاش کنند.از زمانی که نوجوان بودیم این آتش در وجودمان شعله ور شد.ما تصورات و نگرش مان را از گذشتگانی به ارث برده‌ایم که دوست داشتند با ما مثل بزرگ ترها رفتار کنند. (آقا...خانم...؟) گرچه نمی‌توان به قطعیت گفت که عامل این جمله کلیشه‌ای چیست.اگر یافتن مرد خوب کار سختی باشد،قطعاً پیدا

کردن مردی خوب و پولدار سخت تر است.جستجو، حق انتخاب کمی را از بین مردهایی که سبکٔ زندگی و ارزش هایشان در تضاد با معیارهای شما در عشق ورزی،تعهد و سهیم شدن زندگی است،باقی می‌گذارد.

اولویت‌هایتان را مشخص کنید و ببینید که چه چیزی از یک مرد می‌خواهید.آیا او مرد کوچک و ولخرجی است که رشد کرده است؟یا اینکه مرد بالغی است که ارزشش بیش از موجودی و شغل پر درآمدش است؟

زن ابزار جسمی و مرد ابزار موفقیت است

مرد و نامزدش خوب می‌دانند که چه چیزی می‌خواهند.یا اینکه فکر می‌کنند که می‌دانند.هالیوود چنین برداشت نادرستی را به وجود آورده است اما بقیه باید حواس شان جمع باشد تا با ادعای اینکه عشق شان واقعی است،خود را مضحکه ی خاص و عام نکنند.مرد فقط من را به خاطر هوس رانی اش می‌خواهد و زن فقط به پول من عشق می‌ورزد،دو روی سکه تقلبی است. سکه را بینداز؛ مرد و زن هر دو بازنده هستند.

ممکن است مرد ثروتش را از دست بدهد و زن زیبائی اش را.بعد هیچ کدام از آنهااز معامله شان راضی نخواهند بود.معامله‌ای که در ابتدا ساده و عملی به نظر می‌آمد در آخر بی معنا و سرد می‌شود.

مردگریزها و زن‌گریزها

سال‌ها پیش با زنی آشنا شدم که اسمش ماری بود.اگر بیشتر همدیگر را می‌دیدیم،مطمئن بودم که رابطه‌مان دوام نمی‌آورد.مری طراح گرافیک آزاد بود و خیلی در کارش مهارت داشت.به این نتیجه رسیدم که موضوع مورد علاقه ی ماری -مردهای بد- به کارش صدمه زده. آدم برفی،مجری برنامه و

همه‌ی مردهابا هم تفاوتی نداشتید.او ساعت زیادی را صرف بد دهنی به مردها می‌کرد.

او که مدام اظهار نظر می‌کرد،می‌گفت: «همه‌ی مردهایِ نیویورک متأهل،هوس ران و اعصاب خردکن هستند.»(قبلاً راجع به این موضوع صحبت شد)

روزی به او گفتم:«ماری،به صورت من نگاه کن.امروز صبح اصلاح کرده‌ام. زمان زیادی نمی‌گذرد. موی صورتم را ببین. می‌بینی که من هم یک مرد هستم.»

گفتم: «من متأهل به دنیا نیامده‌ام.پس هوس ران و اعصاب خردکن هستم؟»

«باب، تو با بقیه فرق داری.»

اگر کمی با هم صحبت می‌کردیم - در مورد هوا و قرار ملاقات و زوج‌ها- هیچ مشکلی پیش نمی‌آمد.اما آنچه که ماری درک نمی‌کرد این بود که سدی بین خود و مردها بوجود آورده بود. من به عنوان یک دوست قدیمی - و متفاوت (طبق گفته ی خودش) - خیلی مواظب حرف‌هایم بودم. در هر لحظه ممکن بود آزادی مشروط من لغو شود و من باید زمان را در سلولی سپری می‌کردم که حداکثر تدابیر امنیتی برای غول‌های مرد را داشت. به سختی جوی مطمئن و صمیمی به وجود می‌آمد.

در قرارهایمان، ماری زمان زیادی را تنهایی سپری می‌کرد و به موزه ی هنرهای معاصر می‌رفت. با زنانی که روابط معقولی با مردها داشتند، نمی‌توانست رابطه‌ی دوستی برقرار کند.

احساسات منفی او نسبت به مردهاباعث شده بود که مانعی بازدارنده در رابطه‌ی دوستی، عشق و رابطه‌ی پایدار آنها به وجود بیاید.

زن ستیزها-مردهایی که از زن‌ها متنفر هستند- هم این مشکل را

دارند.آنها می‌خواهند به قصه ی عجزشان پایان بدهند. تعامل عادی بین دو جنس مشکل،دردناک و گاهی اوقات غیرممکن است.

گاهی اوقات خصومت کاملاً نامحسوس و پنهان است. شما لزومی نمی‌بینید از خودتان بپرسید: «آیا آن مرد از زن‌ها متنفر است؟» جواب سؤال تان را می‌دانید و وقتی کسی را می‌شناسید تلاشی برای تغییر عقیده‌اش نمی‌کنید. وظیفه‌ی روانشناسان ماهر است که این کار را بکنند.راهی وجود ندارد تا کج‌خلقی و انتقادهای تلخ او نسبت به زن‌ها -بر علیه شما- از بین برود.

فصل نهم

نقاط کور

□□□

سؤال: چرا مردها جوراب‌های کثیف شان را در خانه در می‌آورند و توقع دارند زن هایشان آنها را بردارند وبشورند؟

پاسخ: شک دارم زن هایی که در زندگی من هستند،چنین سوالی به ذهن‌شان خطور کند.اول جواب سرسری: آیا ما نادان هستیم؟آنها بدبو هستند.حالا جدی ام.فکر می‌کنم گاهی اوقات مردها می‌خواهند که زنی در حق آنها مادری کند.این مشابه غریزه‌ای است که زن‌هادارند آنها دوست دارند کسی در حق شان پدری کند.وقتی مردی در را برای زن باز می‌کند،او را به یاد پدر قدرتمندش می‌اندازد که مراقبش بود.از بیشتر مردها انتظار می‌رود اهل کار،پرتلاش و مبتکر باشند اما گاهی اوقات دوست داریم که کسی به فکرمان باشد.مشکل این است که بسیاری از مردها در تقاضای لطفاً-به-من-کمک-کن مهارتی ندارند و با در آوردن جوراب هایشان در خانه می‌خواهند به طور غیرمستقیم به زن هایشان بفهمانند که نیازمند

حمایت آنها هستند.

یکی از مزایای زندگی با یک مرد قبل از ازدواج این است که می توانید بفهمید که او چقدر به حمایت شما نیاز دارد.باید قبل از اینکه دیر شود،شخص تنبل یا کسی را که معتقد است که شستن جوراب‌ها وظیفه ی زنش است از زندگی‌تان حذف کنید.

سوالی در ذهن تان شکل گرفته و احتمالاً به دنبال پاسخ آن هستید.فکر می‌کنم مردها به قلمرو و آزادی نیاز دارند.اگر از نظر جسمی و مالی امکان‌پذیر باشد مردها دوست دارند حتی حمام مستقلی داشته باشند.خوب است که جایی را در زیر زمین برای وسایل اش در نظر بگیرید.مردهای اهل مطالعه و کسانی که به تعمیر ابزار علاقمند هستند،می‌خواهند جایی برای انجام کارهایشان داشته باشند.مردها دوست دارند قلمرویی داشته باشند حتی اگر یک گاراژ باشد.

به او بگوئید که می‌تواند در کنج خلوت گاهش بنشیند و ریخت و پاش کند اما باید در خانه نظافت را رعایت کند. گولش بزنید،با چرب زبانی متقاعدش کنید اما درمانده‌اش نکنید.تعریف و تمجید - تشویق در زمانی که جوراب‌ها از سبد لباس‌های کثیف سر در می‌آورند-به شما کمک می‌کند تا به روزهایی برسید که او مردی مرتب می‌شود.

سوال: چرا مردهایی که از جلو تاس می‌شوند، عصبانی هستند؟

پاسخ: دکتر جوی براون، [1] روانشناس، گوینده و مولف«هیچ کس کامل نیست» پیشنهاد خوبی برای زندگی ای پاک دارد.او می‌گوید مو برای مردها خیلی مهم است:نمادی از رضایت از خویش و جذابیت و منبع جذب جنس مخالف.وقتی مرد موهایش را از دست می‌دهد،احساس می‌کند قدرت و

1- Joy Browne.

مردانگی‌اش را از دست می‌دهد.ما در جامعه بهائی به مردهای کچل نمی‌دهیم.

استثناهای کمی وجود دارد.همسایه‌ای که یکی از آن روش‌های انگشت شما را استفاده می‌کند تا قسمتی از سرش را که خالی شده است بپوشانند، بعد از دیدن سین کانری که بدون کلاه گیسش در جمع ظاهر می‌شود، تصمیم می‌گیرد که کچلی اش را پنهان نکند.نمی‌توان مردی به جذابیت و خوش بنیه‌ای سین کانری در جهان یا حداقل در نقشی که بازی می‌کند، یافت.جیمز باند،جیمز باند است حتی اگر وقتی فیلم برداری می‌کنند کلاه گیس گذاشته باشد.

هیچ وقت مردی را که موهایش را از دست داده است،مسخره نکنید.هرگز.می‌توانید یکی از پزشکان کاشت مو را به او معرفی کنید یا راهی برای تقویت موهایش به او پیشنهاد کنید.بهتر است طوری رفتار کنید که او در مورد موهایش احساس ناراحتی نکند و بداند که شما با مو و بدون مو دوستش دارید.به او کمک کنید تا واقعیت را بپذیرد.

فصل دهم

پسرها فقط به رابطه‌ی زناشویی فکر می‌کنند

□□□

بعنوان «مأمور مخفی تان» باید بگویم که تقریباً برای هر مردی که تابحال در زندگیتان دیده‌اید، رابطه زناشویی حرف اول را می‌زند. می‌دانم. به این فکر می‌کنید که مرد نمونه حالا از رابطه زناشویی حرف می‌زند.

فصل یازده در مورد تعهد است. بنابراین شاید خواننده‌ها ترجیح بدهند که فعلاً آن را کنار بگذارند و بعداً بخوانند. در دنیای ایده‌آل،رابطه‌ی زناشویی باید با تعهد همراه باشد. اما در دنیای واقعی اصلاً این طور نیست. چون این کتاب در مورد مردان است، رابطه‌ی زناشویی گستاخانه بر تعهد پیشی گرفته است.

در مرحله اول باید بدانیم که مردها این موضوع را به هر چیزی ترجیح می‌دهند و ما هیچ کاری نمی‌توانیم انجام دهیم. احترام، عشق و تعهد هیچ تأثیری در این رابطه ندارند.

اگر در ابتدای رابطه تان، حتی در اولین برخورد، به مرد مقابلتان بگویید

که «برای من یک رابطه دوستانه و معنوی مهم‌تر از هر چیز دیگری است» با شما موافقت خواهد کرد و رابطه‌ی موردنظرتان شکل می‌گیرد. هر چه را که بخواهید بشنوید، به شما خواهد گفت. مردها علاوه بر اینکه به رابطه‌ی زناشویی فکر می‌کنند هدف‌مدار هم هستند و به این فکر می‌کنند که با فراهم کردن شرایط دلخواه شما خیلی زود می‌توانند نظر شما را جلب کنند.

اخیراً از گروهی از مردان پرسیدم که آیا با نظر من موافق هستند و به جز یک نفر بقیه با نظرم موافق بودند. فرد مخالف معتقد بود که رابطه‌ی زناشویی باعث پیچیده شدن رابطه‌ی دوستانه می‌شود و او ترجیح می‌دهد که تا وقتی رابطه‌ی دوستانه‌اش محکم نشده است، آن را پیچیده نکند. دوباره با یک سؤال دیگر امتحانش کردم. اگر بدانی که این رابطه‌ی زناشویی هیچ تاثیری در رابطه‌ی دوستانه‌تان نخواهد گذاشت و آن را پیچیده نمی‌کند چه؟ گری، تحلیل‌گر بازار، فوراً پاسخ داد که در چنین حالتی هیچ احساسی در این رابطه وجود ندارد و چنین رابطه‌ای خیلی خشک و سرد است.

زوج‌هایی هستند که در اولین برخورد به چنین نیازی پاسخ می‌دهند و تا آخر عمر به خوبی با هم زندگی می‌کنند. بعضی دیگر مدتی منتظر می‌مانند و آن‌ها هم زندگی خوبی خواهند داشت. فکر می‌کنم سؤالاتی مثل «آیا چنین کاری باید انجام شود؟ چه موقع؟» اهمیت زیادی ندارند و من هم در موقعیتی نیستم که پاسخ محکمی بدهم. بهرحال یک تصمیم شخصی است.

اخیراً در مهمانی شام با یک زوج در مورد این موضوع صحبت کردیم. آن‌ها در این موضوع به مشکل برخورد کرده بودند و از بودن در کنار هم لذت نمی‌بردند. دیگر برایشان مهم نبود که زمین روز اول حرکتش را شروع کرده یا روز پنجم.

علاقه‌ی مرد به رابطه‌ی زناشویی به معنی نادیده گرفتن احساسات و مسئولیت‌پذیری نیست. البته بعضی از مردها هدفشان از دوستی همین

فصل دهم

پسرها فقط به رابطه‌ی زناشویی فکر می‌کنند

□□□

بعنوان «مأمور مخفی تان» باید بگویم که تقریباً برای هر مردی که تابحال در زندگیتان دیده‌اید، رابطه زناشویی حرف اول را می‌زند. می‌دانم. به این فکر می‌کنید که مرد نمونه حالا از رابطه زناشویی حرف می‌زند.

فصل یازده در مورد تعهد است. بنابراین شاید خواننده‌ها ترجیح بدهند که فعلاً آن را کنار بگذارند و بعداً بخوانند. در دنیای ایده‌آل،رابطه‌ی زناشویی باید با تعهد همراه باشد. اما در دنیای واقعی اصلاً این طور نیست. چون این کتاب در مورد مردان است، رابطه‌ی زناشویی گستاخانه بر تعهد پیشی گرفته است.

در مرحله اول باید بدانیم که مردها این موضوع را به هر چیزی ترجیح می‌دهند و ما هیچ کاری نمی‌توانیم انجام دهیم. احترام، عشق و تعهد هیچ تأثیری در این رابطه ندارند.

اگر در ابتدای رابطه تان، حتی در اولین برخورد، به مرد مقابلتان بگویید

که «برای من یک رابطه دوستانه و معنوی مهم‌تر از هر چیز دیگری است» با شما موافقت خواهد کرد و رابطه‌ی موردنظرتان شکل می‌گیرد. هر چه را که بخواهید بشنوید،به شما خواهد گفت. مردها علاوه بر اینکه به رابطه‌ی زناشویی فکر می‌کنند هدف‌مدار هم هستند و به این فکر می‌کنند که با فراهم کردن شرایط دلخواه شما خیلی زود می‌توانند نظر شما را جلب کنند.

اخیراً از گروهی از مردان پرسیدم که آیا با نظر من موافق هستند و به جز یک نفر بقیه با نظرم موافق بودند. فرد مخالف معتقد بود که رابطه‌ی زناشویی باعث پیچیده شدن رابطه‌ی دوستانه می‌شود و او ترجیح می‌دهد که تا وقتی رابطه‌ی دوستانه‌اش محکم نشده است،آن را پیچیده نکند. دوباره با یک سؤال دیگر امتحانش کردم. اگر بدانی که این رابطه‌ی زناشویی هیچ تاثیری در رابطه‌ی دوستانه‌تان نخواهد گذاشت و آن را پیچیده نمی‌کند چه؟ گری، تحلیل‌گر بازار، فوراً پاسخ داد که در چنین حالتی هیچ احساسی در این رابطه وجود ندارد و چنین رابطه‌ای خیلی خشک و سرد است.

زوج‌هایی هستند که در اولین برخورد به چنین نیازی پاسخ می‌دهند و تا آخر عمر به خوبی با هم زندگی می‌کنند. بعضی دیگر مدتی منتظر می‌مانند و آن‌ها هم زندگی خوبی خواهند داشت. فکر می‌کنم سؤالاتی مثل «آیا چنین کاری باید انجام شود؟ چه موقع؟» اهمیت زیادی ندارند و من هم در موقعیتی نیستم که پاسخ محکمی بدهم. بهرحال یک تصمیم شخصی است.

اخیراً در مهمانی شام با یک زوج در مورد این موضوع صحبت کردیم. آن‌ها در این موضوع به مشکل برخورد کرده بودند و از بودن در کنار هم لذت نمی‌بردند. دیگر برایشان مهم نبود که زمین روز اول حرکتش را شروع کرده یا روز پنجم.

علاقه‌ی مرد به رابطه‌ی زناشویی به معنی نادیده گرفتن احساسات و مسئولیت‌پذیری نیست. البته بعضی از مردها هدفشان از دوستی همین

فصل دهم

پسرها فقط به رابطه‌ی زناشویی فکر می‌کنند

□□□

بعنوان «مأمور مخفی تان» باید بگویم که تقریباً بـرای هـر مـردی کـه تابحال در زندگیتان دیده‌اید، رابطه زناشویی حرف اول را می‌زند. می‌دانم. به این فکر می‌کنید که مرد نمونه حالا از رابطه زناشویی حرف می‌زند.

فصل یازده در مورد تعهد است. بنابراین شاید خواننده‌ها ترجیح بدهند که فعلاً آن را کنار بگذارند و بعداً بـخوانـند. در دنـیای ایـده‌آل،رابـطه‌ی زناشویی باید با تعهد همراه باشد. اما در دنیای واقعی اصلاً این طور نیست. چون این کتاب در مورد مردان است، رابطه‌ی زناشویی گستاخانه بر تعهد پیشی گرفته است.

در مرحله اول باید بدانیم که مردها این موضوع را به هر چیزی ترجیح می‌دهند و ما هیچ کاری نمی‌توانیم انجام دهیم. احترام، عشق و تعهد هیچ تأثیری در این رابطه ندارند.

اگر در ابتدای رابطه‌تان، حتی در اولین برخورد، به مرد مقابلتان بگویید

که «برای من یک رابطه دوستانه و معنوی مهم‌تر از هر چیز دیگری است» با شما موافقت خواهد کرد و رابطه‌ی موردنظرتان شکل می‌گیرد. هر چه را که بخواهید بشنوید،به شما خواهد گفت. مردها علاوه بر اینکه به رابطه‌ی زناشویی فکر می‌کنند هدف‌مدار هم هستند و به این فکر می‌کنند که با فراهم کردن شرایط دلخواه شما خیلی زود می‌توانند نظر شما را جلب کنند.

اخیراً از گروهی از مردان پرسیدم که آیا با نظر من موافق هستند و به جز یک نفر بقیه با نظرم موافق بودند. فرد مخالف معتقد بود که رابطه‌ی زناشویی باعث پیچیده شدن رابطه‌ی دوستانه می‌شود و او ترجیح می‌دهد که تا وقتی رابطه‌ی دوستانه‌اش محکم نشده است،آن را پیچیده نکند. دوباره با یک سؤال دیگر امتحانش کردم. اگر بدانی که این رابطه‌ی زناشویی هیچ تاثیری در رابطه‌ی دوستانه‌تان نخواهد گذاشت و آن را پیچیده نمی‌کند چه؟ گری، تحلیل‌گر بازار، فوراً پاسخ داد که در چنین حالتی هیچ احساسی در این رابطه وجود ندارد و چنین رابطه‌ای خیلی خشک و سرد است.

زوج‌هایی هستند که در اولین برخورد به چنین نیازی پاسخ می‌دهند و تا آخر عمر به خوبی با هم زندگی می‌کنند. بعضی دیگر مدتی منتظر می‌مانند و آن‌ها هم زندگی خوبی خواهند داشت. فکر می‌کنم سؤالاتی مثل «آیا چنین کاری باید انجام شود؟ چه موقع؟» اهمیت زیادی ندارند و من هم در موقعیتی نیستم که پاسخ محکمی بدهم. بهرحال یک تصمیم شخصی است.

اخیراً در مهمانی شام با یک زوج در مورد این موضوع صحبت کردیم. آن‌ها در این موضوع به مشکل برخورد کرده بودند و از بودن در کنار هم لذت نمی‌بردند. دیگر برایشان مهم نبود که زمین روز اول حرکتش را شروع کرده یا روز پنجم.

علاقه‌ی مرد به رابطه‌ی زناشویی به معنی نادیده گرفتن احساسات و مسئولیت‌پذیری نیست. البته بعضی از مردها هدفشان از دوستی همین

است. اما مردهای زیادی هم هستند که به رابطه دوستانه‌شان متعهد هستند و می‌توانند به عشاقی واقعی تبدیل شوند.

به ارزش‌هایتان پایبند باشید

یکی از راه‌های جلوگیری از بروز ناراحتی در رابطه دوستانه کنترل محل ملاقات است. اگر شب را با هم بیرون بوده‌اید و او به شما پیشنهاد می‌کند بعد از رساندن شما به خانه با هم نوشیدنی بخورید از او بخواهید که نوشیدنی آخر شب را در رستوران نزدیک خانه‌تان بخورید. خداحافظی در یک مکان عمومی به او نشان می‌دهد که به او علاقه‌مند هستید اما نمی‌توانید قوانین‌تان را بشکنید.

اما بخاطر داشته باشید که این یک معادله روشنفکرانه نیست. نیاز مرد به رابطه زناشویی جزء جدایی‌ناپذیر از یک رابطه‌ی صمیمانه بین زن و مرد است. نمی‌توانید تا آخر آن را به تعویق بیندازید و انتظار داشته باشید که مرد همچنان به رابطه دوستانه‌اش ادامه بدهد. طبیعت‌اش این گونه نیست.

رابطه زناشویی تأثیر عجیبی بر ذهن دارد

رابطه زناشویی بر ذهن و رفتار مردها تاثیر زیادی می‌گذارد. باور کنید که مبالغه نمی‌کنم و چنین چیزی حقیقت دارد. نمی‌دانم اگر زن‌ها می‌فهمیدند که چنین رفتاری از سوی مردها طبیعی است و تصنعی نمی‌باشد چه عکس‌العملی نشان میداند. چنین رفتاری زیاد قابل قبول نیست. البته مردهایی هم هستند که چنین رفتاری نشان نمی‌دهند و بعضی دیگر زنان را در این مسأله مقصر می‌دانند.

مردها خوب و بد را از هم تشخیص می‌دهند چه در خانه در حال استراحت باشند یا در محل کار. اما قدرت این میل را نمی‌توان نادیده

گرفت. این میل می‌تواند مرز بین ادب و بی‌ادبی، فرهنگ و بی‌فرهنگی، اخلاق و بی‌اخلاقی باشد.

وقتی نوبت به رابطه زناشویی می‌رسد، مردهای صادق، دروغ مصلحتی می‌گویند. به شما دروغ می‌گویند چون به خودشان دروغ می‌گویند. بهترین توضیح در مورد اتفاقی که رخ میدهد، توضیح کاملی نیست. ضرب المثلی می‌گوید: هنگام صحبت در مورد رابطه زناشویی مغز مردها نرم می‌شود.

حیله یا بازی

تقریباً تمام مردها برای اغفال زن‌ها روش‌های خاص خودشان را دارند. بعضی از ترفندها را به مرور زمان تجدید می‌کنند و از آن‌ها دوباره استفاده می‌کنند و آنهایی که کاربرد ندارند از چرخه حذف می‌شوند. استفاده از چنین روشهایی از جوانی‌شان شروع می‌شود و تا روزی که سوار بر ویلچر به خانه‌ی سالمندان می‌روند، ادامه می‌یابد.

روشی که با زور و اجبار به کار گرفته شود کاربردی ندارد. اغلب مردها هم متوجه این تفاوت می‌شوند ولی همان طور که قبلاً گفتم هدفشان از رابطه دوستانه فقط دوستی نیست اما شما نقش زیادی در تعیین رفتار او بازی می‌کنید.

اخیراً تحقیقی انجام شده است و در صد زیادی از مردانی که در این تحقیق بودند ادعا می‌کردند که گاه این اجبار از طرف زن‌ها به آنها تحمیل می‌شود.نمی‌دانم این ادعا تا چه حد درست است اما حداقل بسیاری از مردها چنین احساسی دارند.مردها اغفال می‌کنند و زن‌ها اغفال می‌شوند ولی با این حال نقش مردها در رابطه‌ی زناشویی پنجاه درصد است.

مأموریت چشم

بیش از نیمی از فصل را در مورد رابطه‌ی زناشویی صحبت کردم اما بهتر است در مورد مهمترین عضو یک مرد-چشم هایش-هم کمی صحبت کنم.ما حیوانات دیداری هستیم.حس لامسه،بویایی،شنوایی و حتی تفکر منطقی در برابر بینائی عقب نشینی می‌کنند.این موضوع اصلاً بی اهمیت نیست.مسائل بسیاری هستند که مردان به آنها توجه نمی‌کنند اما آنچه برایشان مهم است ،به هیچ وجه نادیده نمی‌گیرند. تضمین می‌کنم که به حس بینائی بیش از آنچه فکر کنید،اهمیت می‌دهند.

شاید نگران این باشید که فقط بخاطر رابطه‌ی زناشویی به شما اهمیت می‌دهد و بازیچه‌ای بیش نیستید.اما اگر مسأله بازیچه بودن است پس خود او هم بازیچه شده است.آنچه که به دوستی شما انرژی و هیجان می‌دهد رابطه‌ی متقابل شما در دنیای واقعی است.

یکی از تفاوت‌های بین زن و مرد در نگاه آنها به مسائل زناشویی است.مردها بیشتر به جنبه ی دیداری توجه می‌کنند.در حالی که زنان جنبه ی نوشتاری برایشان مهمتر است.مثلاً در مورد کتاب یا مجله مردها بیشتر جذب تصاویر می‌شوند در حالی که زن‌ها به متن اهمیت بیشتری می‌دهند.

اسلحه‌ای در جیب

مردها به این موضوع اهمیت می‌دهند چون فکر می‌کنند برای زن‌ها مهم است. توصیه من این است که در این مورد با هم صادق باشید.البته می‌دانم که صداقت در این زمینه خطر ساز است و دقیقاً مثل این می‌ماند که به یک آشپز ایتالیایی بگویید مقدار سیر استفاده شده در غذایش کم است.اگر به او بگویید که علاقه‌ای به این کار ندارید عزت نفسش را تا حد زیادی پائین خواهید آورد اما اگر خصوصیات دیگرش را تحسین کنید مطمئن باشید که

دوست بسیار خوبی خواهد بود.

کشمکش‌های درونی

اگر می توانستم بطور کلی در مورد مردها نظر بدهم زندگی خیلی آسانتر می‌شد.خواننده هایم با اطمینان نتیجه می‌گرفتند که هر کدام از رفتارهای مردها چه نتیجه‌ای در پی خواهد داشت.قبلاً هم گفتم که مردها ساده لوح هستند ولی آدم آهنی نیستند.

البته در این زمینه شایدهای زیادی وجود دارند.شاید مردها قبل از اینکه از نظر زناشویی از شریکشان مطمئن نشوند نتوانند رابطه‌ی محکمی با او برقرار کنند.شاید.اما مجله‌ی سلامت مردان،تحقیقی بین خواننده هایش انجام داده است.این تحقیق نشان می‌دهد که تقریباً نیمی از مردان بالای چهل سال معتقدند که تا عاشق شریکشان نباشند نمی‌توانند از رابطه‌ی زناشویی لذت ببرند. البته این درصد در مردان کمتر از چهل سال،کمی پائین‌تر بود. مردان زیادی هم هستند که هیچ لذتی از این رابطه نمی‌برند.

وقتی از مردی می‌شنوم که می‌گوید رابطه زناشویی از نظر او چیزی جز شکار نیست،تعجب نمی‌کنم.مردها در سنین مختلف تمایلات مختلفی نسبت به رابطه زناشویی دارند.در بیست و دوسالگی فقط به رابطهٔ جنسی،در سی سالگی به عشق و در چهل سالگی به رابطه‌ی عاشقانه با غریبه‌ها تمایل دارند. سن و تجربه هم عوامل مهمی هستند اما این تغییرات عمده ممکن است در عرض سه روز یا سه ساعت رخ دهند.

فشار یا کشمکش‌های درونی مثل علاقه به کنترل کامل شخص دیگر،تصور آیده ال از خود،نیاز به تحسین شدن–که در تحقیقی تحت عنوان کشمکش‌های درونی ما (نظریه ی ساختاری در اختلال اعصاب) به آنها پرداختم ممکن است مثل چشمه‌ای زیر زمینی به سطح زمین جریان

پیدا کند. تغییر الگوهای زناشویی بر زندگی روزمره ی ما تاثیر بسیار زیادی می‌گذارد.

ناتوانی جنسی

شاید اغراق نباشد که بگویم تمام مردها از ناتوانی جنسی می ترسند. هر چه سنشان بالاتر می‌رود متوجه می‌شوند که در کیفیت این رابطه تغییر ایجاد شده است.این موضوع برایشان اضطراب،ناراحتی و فشار به همراه دارد که همه اینها در زندگی شان تاثیر گذار خواهد بود.

در چنین مواقعی پزشک می‌تواند مشکل تان را حل کند.وقتی عوامل روانشناختی در زندگیتان تاثیر گذار باشند، ناتوانی جنسی می‌تواند نشانه‌ای از یک بیماری جدی باشد.مثلاً بیماری دیابت،البته این بیماری تاثیر مستقیمی بر این ناتوانی ندارد اما اثرات جانبی زیادی خواهد داشت. تصادف،افسردگی،آپاندیس و...هم بر این ناتوانی تاثیر می‌گذارند.

تشخیص احتمال این بیماری از مردی به مرد دیگر متفاوت است.مثل خلبان یا راننده‌ی ماشین مسابقه می‌ماند که همیشه به صدای موتور گوش می‌دهد تا جلوی خطرات احتمالی را بگیرد. این کار بعد از مدتی به عملی ناخودآگاه تبدیل می‌شود که اگر کمترین تغییری رخ دهد آنها متوجه می‌شوند و واکنش نشان می‌دهند.

تقریباً می‌توانم تضمین کنم که اگر شما متوجه اندکی تغییر در رفتار شریکتان شوید حتماً خودش هم متوجه شده است.به او توجه کنید، عشق بورزید و از او حمایت کنید.راه حلی انتخاب کنید که برای حل این مشکل کار ساز باشد.

تقریباً می‌دانیم که مردها نمی‌توانند خیلی راحت در مورد مشکلاتشان حرف بزنند و این سکوتشان عذاب آور است. مشاوره راه حل بسیار

مناسبی بنظر می‌رسد.البته برای مردها چندان راحت نیست.

اگر زن طوری رفتار کند که همسرش متوجه حساسیت او در مورد مشکلش شود و نشان دهد که این «مشکل ما»است نه «مشکل تو»،مرد خیلی راحت‌تر کمک او را می‌پذیرد.حتی در چنین حالتی نیز مردها مقاومت زیادی نشان می‌دهند.مردها با این تفکر که باید مشکلات زندگی را خودشان حل کنند رشد کرده‌اند.چون احساس می‌کنند که مشکلات زناشویی برای مردهای واقعی اتفاق نمی‌افتد سعی می‌کنند با این‌مشکل به تنهایی روبرو شوند.

مردانی که کاملاً علاقه شان را به رابطه زناشویی از دست میدهند نسبت به کسانی که شرایط آن را ندارند بیشتر دچار افسردگی می‌شوند.چنین کسانی خودشان به تنهایی نمی‌توانند مشکل شان را حل کنند و به کمک دیگران نیاز دارند.یکی از دوستانم می‌گفت:«من در هنگام عقد سوگند خورده‌ام که در شادی و غم همراه شوهرم باشم پس حالا که بیمار است تنهایش نخواهم گذاشت.»

در مورد این مشکل مطالب زیادی نوشته شده است اما هنوز پابرجاست. تنها تغییری که به وجود آمده این است که داروهایی کشف شده‌اند که به مردان کمک می‌کنند هر وقت بخوانند به ارگاسم برسند.مشکل جدیدی که بوجود می‌آید این است که اگر مردها بتوانند با کمک دارو به این مرحله برسند پس دیگر نیازی به همسرانشان نخواهند داشت و در نتیجه آنها را ترک می‌کنند.

مشکل دیگر این است که این داروها آنقدر که مردها دوست دارند شهوت زا و محرک نیستند.یعنی اگر مردها علاقه‌ای به برقراری رابطه جنسی با همسرانشان نداشته باشند،چنین داروهایی بی فایده هستند.مشکل اصلی علاقه به برقراری رابطه است.

علاوه بر آن بسیاری از زن‌ها فکر می‌کنند که چنین داروهایی تهدیدی برای آنها هستند.یعنی از این می ترسند که آنچه همسرانشان را علاقمند به برقراری رابطه جنسی می‌کند داروها باشند نه خود آنها.اما چنین چیزی اصلاً درست نیست چون این داروها به تنهایی هیچ اثری ندارند.

سؤالات احمقانه‌ی مرد پاسخهای هوشیارانه شما را می‌طلبد

گاه مردان سؤالاتی در مورد رابطه‌ی زناشویی می‌پرسند که از نظر شما احمقانه است. مثلاً «دوست داری چطور باشم؟» ممکن است پرسیدن چنین سؤالاتی مثل ریختن آب یخ روی شما باشد. و تمام احساس خوشایندی که این رابطه به شما می‌دهد را از بین ببرد.اما لطفاً به چند نکته توجه کنید.اول اینکه او نظر بدی ندارد. ثانیاً سعی می‌کند بااطلاعاتی که در مورد زنان دارد واکنش نشان دهد. واقعاً احساس می‌کند که با چنین سؤالاتی می‌تواند احساسش را نشان دهد، در بیشتر موارد احساس مرد و علاقه‌اش به رابطه با شما به تحسین و وفاداری شما بستگی دارد.

شاید عجیب باشد اما در بیشتر موارد ما متوجه نمی‌شویم که زنان چه موقع به ارگاسم می‌رسند. البته بعضی از زن‌ها با فریاد کشیدن به همسرشان نشان می‌دهند که چه اتفاقی افتاده است.اما باور کنید که بعضی از زن‌ها به هیچ وجه رضایت شان را نشان نمی‌دهند.منظورم این نیست که از راههای مختلفی برای بیان این حالت استفاده کنید بلکه بدانیدکه ما مردها متوجه منظور شما نمی‌شویم. چون مطمئن نیستیم،مستقیماً سؤال می‌پرسیم.از نظر ما چنین سؤالاتی، تلاشی،البته شاید تلاشی احمقانه،برای نشان دادن توجه و صداقتمان است.

حالا شروع کن

من از مردان زیادی پرسیده‌ام که بنظر شما برقراری رابطه نردیک تر چقدر برای زنان مهم است.یکی از آنها گفت:«خوب در چنین حالتی ما احساس خوبی نسبت به خودمان خواهیم داشت.»چنین جمله‌ای نشان می‌دهد که او دوست دارد همسرش را خوشحال کند.البته بعضی از آنها بیشتر به فکر خودشان هستند اما اکثریت خوشحال و راضی نگه داشتن همسرشان را وظیفه خود می‌دانند. شاید کلمه ی وظیفه خیلی رومانتیک نباشد اما بسیاری از مردها چنین توقعی از خود دارند.

مرد دیگری گفت: «اگر زنم خوشحال نباشد، رابطه‌ی زناشویی بی‌معناست.»

چرا؟ قطعاً یکی از عوامل اصلی حس خودستایی مردهاست.مردها فکر می‌کنند به این روش می‌توانند قدرت مردانگی شان را نشان دهند. این موضوع برای مردان اهمیت دارد و رابطه‌ی زناشویی بدون آن اصلاً کامل نیست و چون فکر می‌کنند که این مسأله برای زن‌ها هم بسیار مهم است چنین سؤالاتی می‌پرسند.ممکن است هنوز در مسائل اصلی به تکامل نرسیده باشند اما میلیونها سال طول کشیده که به این نتیجه برسند.

می‌توانید پاسخ سیاستمدارانه‌ای به او بدهید.«هیچ وقت لازم نیست چنین سؤالاتی بپرسی .تو شریک فوق‌العاده‌ای هستی.»ولیکن،اگر از این رابطه راضی نیستید،حتماً به او بگویید.

همان طور که قبلاً هم گفتم،مردان خودشان نمی‌توانند این مسئله را در مورد شما تشخیص دهند و اگر خودتان هم چیزی نگویید فرض می‌کنند که مشکلی وجود ندارد. من با زنانی که چنین رویه‌ای در رابطه زناشویی شان دارند،مخالف هستم.وقتی چنین طرز تفکری دارید در واقع آنچه را که نمی‌خواهید تقویت می‌کنید.مرد به خودش اطمینان می‌دهد که تمام

روش‌هایی که برای این رابطه پیاده کرده است،موثر بوده است.وظیفه ی شماست که حتی به او بگویید که دوست دارید چطور شما را لمس کند.مطمئناً او در برابر تک تک این راهنمائی‌ها قدردان شما خواهد بود. به او بگویید من از بودن در کنار تو احساس رضایت می‌کنم ولی اگر.......بهتر می‌شد(جای خالی را با آنچه می‌خواهید پر کنید).بخاطر داشته باشید که ما مردان بخش زیادی از عزت نفس مان را در رابطه زناشویی سرمایه گذاری می‌کنیم بنابراین چنین روشهای مثبتی از جانب شما تا حد زیادی به ما کمک می‌کند که خواسته‌ی شما را درک کنیم.

قبل از اینکه موضوع این فصل را به پایان برسانم می‌خواهم یکی از اسرار مردانه را فاش کنم.مردها هم تظاهر به رضایت می‌کنند.مردها در برابر هر وسوسه‌ای که حیله و نیرنگ را جانشین تلاش کند،تسلیم می‌شوند.

فصل یازدهم

تعهد

□□□

کلمه مزخرف تعهد را در یک رختکن شلوغ مردانه فریاد بزنید و ببینید که چطور همه به طرف در خروجی حمله می‌کنند.بعد از اینکه سؤالاتی در این مورد از مردها پرسیدم،به چنین نتیجه‌ای رسیدم.معمولاً با بدترین حالت در برابر این سؤال که «چرا مردها از تعهد می‌ترسند؟» جبهه می‌گیرند.

بسیاری از روانشناس‌ها معتقدند که آنقدر که زن‌ها به روابط اهمیت می‌دهند مردها چنین احساسی ندارند.من موافقم و شاید دوست نداشته باشید که اینقدر جسورانه چنین نکته‌ای را بیان کنم اما این مسئله قطعه‌ی بسیار مهمی از این پازل است و دوست ندارم غیرمستقیم به آن بپردازم.

منظورم این نیست که رابطه برای مردها مهم نیست،نکته این است که روش ارزش گذاری آنها با زن‌ها متفاوت است.رابطه اولویت اول ما نیست.اگر از یک تا ده درجه بندی کنیم،کار در اولویت بالاتری قرار می‌گیرد.نمی‌خواهم دقیقاً بگویم که در درجه چندم قرار می‌گیرد و از طرفی

من هم نمی‌خواهم حق را به زن‌ها یا مردها بدهم فقط می‌گویم بین روشی که مردها و زن‌ها برای تعیین اولویت‌های زندگی شان دارند تفاوت-همان کلمه مزخرف-وجود دارد.

امیدوارم به اندازه ی کافی مدارک جمع کرده باشم که بتوانم شما را متقاعد کنم که نسبت دادن معیارها،اصول اخلاقی و زبان زنان به مردان باعث ناامیدی زیاد آنها می‌شود.باید به این موضوع بپردازیم چون پیام اصلی کتاب من همین موضوع است.زن‌ها دوست دارند مردها متعهد باشند اما تعهد مورد نظر آنها و انتظاری که از مردها دارند باعث می‌شود که فکر کنند یا ما از تعهد می‌ترسیم یا می‌خواهیم آن را کاملاً نادیده بگیریم.بعضی از مردها می‌ترسند و بعضی به رابطه پایان می‌دهند و می‌روند،اما چنین نتیجه‌ای در همه موارد صادق نیست.

روابط برای مردها هم مهم است اما نه آنقدر که زن‌ها می‌خواهند.مشکل اینجاست که مردها و زن‌ها برنامه ریزی‌های متفاوتی دارند.مثل این است که قطارها روی یک ریل حرکت می‌کنند اما هیچ ارتباطی با هم ندارند.اغلب متوجه می‌شوم که زن‌ها علاقه بیشتری به تعهد طولانی مدت در رابطه دوستانه و زناشویی دارند.شاید شما مجبور باشید با اختلاف در کنار هم زندگی کنید.

ممکن است حاضر باشید شش ماه با مردی رابطه داشته باشید اما برای مردها ممکن است گرفتن چنین تصمیمی ۱۸ ماه طول بکشد.به هر حال چنین چیزی روشن فکری به نظر نمی‌رسد.در چنین مواقعی باید موعد مقرری مشخص کنید و بگوئید:«نمی‌توانیم همیشه این طور ادامه بدهیم،من عاشق تو هستم....اما به رابطه‌ای دائمی احتیاج دارم.» چه جواب‌تان را بدهد یا ندهد فرقی ندارد در هر صورت قبل از اینکه در انتظار تعهد باشید باید به او فرصت کافی-بر اساس برنامه‌ریزی اش-بدهید تا تصمیم بگیرد.

تعهد را نمی‌توان با تصمیمی لحظه‌ای اجرا کرد.اگر قرار است رابطه‌ای شکل بگیرد،بیش از ۵ دقیقه طول می‌کشد.چقدر؟از زوجی به زوج دیگر متفاوت است؛اما شما هم می‌توانید از مرد بپرسید که نظرش در مورد آینده ی این رابطه چیست و با این کار به این فرایند کمک کنید و بعضی از نگرانی هایتان را از بین ببرید.اگر پاسخی مثل«خوب...آه...راستش...آه...»دریافت کردید خیلی جدی به پایان دادن چنین رابطه‌ای فکر کنید.اگر مردد و گیج است و اگر تعهد برایتان مهم است هیچ راه حل قابل قبول دیگری وجود ندارد.

تا جایی که به من مربوط است فقط یک نوع سؤال احمقانه-که هیچ وقت پرسیده نمی‌شود-وجود دارد.در روزهای اول رابطه، زن و مرد باید مثل بچه‌های شش ساله باشند و مدام از همدیگر سؤال بپرسند.این تنها راهی است که به شما کمک می‌کند تا یک غریبه را به دوست و دوست را به معشوق خودتان تبدیل کنید.از او در مورد برنامه‌ریزی‌اش بپرسید.برنامه‌ریزی خودتان را به او بگویید. از او در مورد آینده،نقشه‌ها و اهدافش بپرسید.

سوالات شبیه دانه هستند ممکن است یک پاسخ در همان لحظه آماده‌ی درو کردن نباشد اماوقتی سؤال پرسیده می‌شود،پاسخ‌ها جوانه می‌زنند.بسیاری از مردها تمایل دارند در زمان حال تثبیت شوند-امروز جایی است که حادثه قرار است اتفاق بیفتد-و این تمایل باعث می‌شود که آینده به مفهومی نظری تبدیل شود.سوالات شما توجه‌اش را به موضوعی جلب می‌کند که همیشه برنامه‌ی فردا بوده است.با پرسیدن چنین سؤالاتی آینده را به حال منتقل می‌کنید.

بازی انتظار

برای اینکه از نقطه الف به ب برسیم باید منتظر اتفاقات عجیب در سیستم حمل و نقل هم باشیم.آنچه که زنان بعنوان ترس مردان از رابطه می‌شناسند اغلب صفی از ماشین‌های برقی است که عشق نامیده می‌شود.«بار» خودش سوار آن می‌شد و فقط در صورتی در ایستگاه ازدواج از آن پیاده می‌شد که مطمئن شود زنی که عاشق اش است دیگر آنجا نیست.در مسیر درستی قرار گرفته بود و سرانجام به مقصد رسید اما ناراحت کننده بود.داستان او باعث شد نسبت به زنانی که در سکوی متروکه می‌ایستند احساس همدردی کنم.همچنین باعث شد به این حرف احمقانه‌ی، مردها تعهدپذیر نیستند، شک کنم.در دهه ی گذشته میزان ازدواج افزایش پیدا کرده است و اگر اشتباه نکرده باشم برای هر عروسی یک داماد وجود دارد.در دوره ی جنگ سرد روسها بخاطر همه‌ی مشکلات سرزنش می‌شدند و حالا هم وقتی کارها آن طور که می‌خواهیم پیش نمی‌رود یک توضیح مفید و همه کاره داریم:مردها تعهدپذیر نیستند.

شماره جادوئی

نمی‌دانم چه سری در عدد ۶ نهفته است اما از بسیاری از زن‌ها شنیده‌ام که بعد از شش ماه رابطه خواستار محکم و جدی شدن رابطه شان بودند.دانا انتظار داشت که بعد از شش ماه رابطه،تعطیلاتی دو هفته‌ای را در خانه‌ی والدین نامزدش بگذراند(او می‌گوید مراقب مردانی که شما را از خانواده‌هایشان پنهان می‌کنند باشید.)کلی سعی می‌کند قبل از رسیدن مراسم شش ماهگی رابطه شان در مورد فرزندانش با نامزدش صحبت کند(می‌گوید این کارباعث می‌شود فرق بین یک مرد واقعی و یک پسر بچه را تشخیص دهید.)جین بعد از یک رابطه‌ی در نهایت ناموفق به نامزد بعدی

اش گفت که اجازه نمی‌دهد بدون تعهد دائمی مرد این رابطه تا شش ماه دوام بیاورد.

امتیاز دو به سه است.دانا بعد از گذراندن کریسمس همراه خانواده ی رادی با او ازدواج کرد.جین هم ازدواج کرده است!و صحبت کلی در مورد بچه‌ها هنوز هم برای جدا کردن مردان از پسر بچه هاادامه دارد(اما او هنوز به دوره ی شش ماهه معتقد است.)

هماهنگ کردن انتظاراتتان

برای دوستم کن اتفاقات زیادی رخ داده است اما نکته سنجی یکی از خصوصیات بارز او نیست و همین مسئله باعث شد که رابطه‌اش با الیزابت خراب شود.او کاملاً عاشق شده بود.متاسفانه این واقعیت را با زنی که باید می‌دانست در میان می‌گذارد. ماهها با هم ملاقات می‌کردند،او در خانه خودش زندگی می‌کرد اما زمان زیادی را در خانه کن می‌گذراند و هر دوی آنها اوقات فراغت شان را با هم سپری می‌کردند.الیزابت بعضی از لباس هایش را در کمد کن می‌گذاشت و تا جایی که به کن مربوط می‌شد همه اینها نشان دهنده تعهد بود.با این کار همیشه نشان می‌داد که:«تو همان هستی که می‌خواهم،تو زن رویاهایم هستی.»

مشکل اینجاست که او می‌باید بجای نقش بازی کردن مستقیماً چنین حرف هایی را به او می‌زد. کن نفهمیده بود که الیزابت احتیاج دارد این حرفها را بشنود،باید عشق و تعهد نسبت به خودش را می‌شنوید. کن از زبان علائم استفاده می‌کرد که کافی نبود.اما الیزابت هم در برقراری ارتباط موفق نبود.او هیچگاه به کن نگفته بود که از اینکه می‌بیند او در رابطه شان پیشقدم نمی‌شود متعجب است.او می‌خواست در مورد آینده شان بداند،اما کن در زمان حال زندگی می‌کرد،شاید بالاخره روزی به این موضوع فکر می‌کرد.

اما عدم قطعیت کم کم رابطه‌ی آنهارا نابود کرد.خواسته‌ی الیزابت ازدواج بود.هیچ چیز مثل یک پیشنهاد سریع نمی‌توانست موقعیت کن را در ذهن او تثبیت کند.

الیزابت می‌دانست که رابطه شان به مشکل برخورده است.آرزو می‌کرد که کن هم متوجه این موضوع شود و کاری بکند.اما کن به همان زبان علائمش ادامه داد.از نظر او الیزابت خوشحال بود.آیا آنها اوقات فراغتشان را با هم سپری نمی‌کردند؟آیا از رابطه شان لذت نمی‌بردند؟

وقتی در نهایت الیزابت به کن گفت که قصد ترک او را دارد،کن به افسردگی حاد مبتلا شد.هیچ وقت او را در چنین وضعیتی ندیده بودم و با این امید که این زوج را دوباره به هم برسانم به آپارتمان الیزابت رفتم.چند ساعت با هم حرف زدیم.بیشتر چیزهایی که شنیدم اخبار جدیدی نبودند.واضح بود که چندین ماه است دیگر کن توجه چندانی به نیازهای الیزابت نمی‌کرد.

روز بعد در حین راکت بازی نظر الیزابت را به او گفتم و برنامه‌ی سختی به کن دادم. وقتی بعد از تمرین دوش می‌گرفتم،کن با الیزابت تماس گرفت و گفت که چقدر در خانه‌اش به او نیاز دارد.از او خواست که وسایل خانه را مطابق سلیقه‌اش دوباره بچیند(به این شرط که تلویزیون و پیانو سر جایشان بمانند.)اتاق خواب پشتی محدوده ی انحصاری او برای نوشتن است.در نهایت خانه‌ای جدید خواهند خرید.

استفاده بیشتر از زبان قراردادی

کن داشت تلاشش را انجام می‌داد اما هنوز هم با زبان الیزابت حرف نمی‌زد. تعاریف آنها از تعهد کاملاً متفاوت بودند.از نظر کن تعهد،شریک شدن در خانه و گذراندن اوقات شان با هم بود. و اینکه هیچ زن دیگری در

زندگی اش نباشد.آنقدر تنبیه الیزابت عذابش داده بود که حاضر بود با هیچ زن دیگری ارتباط نداشته باشد.واقعاً مصمم بود.کن به من گفت که علاقه‌ای به رابطه با زن‌های دیگر ندارد و برای من که خیلی خوب او را می‌شناختم خیلی عجیب بود.این همان مردی است که درگیر روابط زیادی بوده است. او زیبا، جذاب و در شهر خودش مشهور است.

قبل از این که الیزابت تصمیم به قطع رابطه بگیرد،من کاملاً منتظر روز عروسی آنها بودم.من حرف کن را می‌فهمیدم اما الیزابت نمی‌فهمید.با این امید که هنوز می‌توان این رابطه را حفظ کرد،برایشان قرار شامی ترتیب دادم و کن شروع به صحبت کرد-قول داد که هر کاری که فکر می‌کند در رابطه‌شان مهم است انجام خواهد داد.اما هنوز هم عقاید این دو نفر در مورد رابطه و تعهد با هم منطبق نبودند.الیزابت به کن گفت که برای این کارها-و حرف ها-دیر شده است.

در بازنگری رابطه شان متوجه شدم که اعتماد الیزابت به کن در اوایل رابطه شان،یعنی همان وقتی که از او انتظار داشته پیشنهاد ازدواج بدهد،از بین رفته است.اگر الیزابت سعی می‌کرد در یک فرصت مناسب انتظارش از این رابطه را به کن بگوید اوضاع فرق می‌کرد.اگر چه کن در مرحله بهبود از یک طلاق دردناک بود و شاید موضوع ازدواج خوشحالش نمی‌کرد، حداقل باید هوشیاری بیشتری نسبت به احساسات الیزابت نشان می‌داد. باید خیلی زود بعد از طلاق عدم تمایلش نسبت به ازدواج مجدد را توضیح می‌داد.از نظر الیزابت عدم تعهد کن-آنچه که به نظر او عدم تعهد به نظر می‌رسید-با افکار جدید کن در مورد او ایجاد نشده بود.

در نهایت این بازی می‌توانست پایان دیگری داشته باشد باید کاری می‌کردم. این موضوع نظر اصلی من را ثابت می‌کند. حتی در روزهای پایان رابطه که خیلی هم دیر شده بود،الیزابت نمی‌توانست انتظارش را از این

رابطه به کن بگوید.او فقط در مورد کن حدس می‌زد و کن را هم در همین حالت حدس زدن رها کرده بود.

چه کسی شایسته ی سرزنش است؟مسائل بسیاری در این مورد وجود ندارند اما پیداکردن آنها وظیفه من نیست.شغل من کمک کردن است.بهترین کاری که می توانم انجام دهم این است که کاری کنم تا قطار زندگی آنها به موقع حرکت کند.کن و الیزابت رابطه‌ی لازم را برقرار نکرده بودند.قطار الیزابت قبل از رسیدن قطار کن،ایستگاه را ترک کرده بود.

صبورانه منتظر فرصت مناسبی باشید

در بسیاری از موارد تعهد به سن مربوط است.برای تعهد گرفتن از پسری جوان که در دهه‌ی دوم زندگیش است،او باید بر این ترس که مجبور است بین کار و رابطه‌اش یکی را انتخاب کند، پیروز شود. در این دوره خاص از زندگی خیلی سخت است که از مردها بخواهیم به چیزهایی که به شغل شان ارتباط ندارد،تمرکز کنند.آنها مشغول یاد گرفتن و جمع آوری مدرک‌های حرفه‌ای هستند.بسیار پر انرژی هستند و برایشان اصلاً سخت نیست که این انرژی را صرف یک روزکاری دوازده تا پانزده ساعته کنند.

بین سن بیست و شش تا حدود سی سالگی وقتی در حال تثبیت شغلشان هستند، تازه متوجه مفهوم تعهد می‌شوند.در چنین زمانی خیلی علاقه دارند که زندگی شان را با یک زن سهیم شوند چون چیزی دارند که می‌خواهند با کسی تقسیم کنند.

زاویه دیگری که می توان برای عامل سن در نظر گرفت سیستم زیست شناختی بدنشان است.مردها دوست دارند که تا دهه ۶۰ و ۷۰ زندگی شان از نظر زناشویی فعال و بارور باشند.مردها مثل زن‌ها احساس نمی‌کنند که از نظر زمانی برای تشکیل خانواده در فشار هستند.اشتباه نکنید، مردها هم

مثل زن‌ها عشق را با احساس امنیت و تأمین می‌خواهند اما مـی‌خواهـند کنترل بیشتری روی زندگی‌شان داشته باشند که از نظر آنها نشانه ی بزرگ شدن است.

به طرف خانه

بعضی از مردها معتقدند که بانشان دادن احساسات، تظاهر به عشـق و تعهد دروغین می توانند کنترل امور را در دست بگیرند و رابطه قابل قبولی با یک زن برقرار کنند. به هر حال سهیم شدن چنان عامل مهمی در هر رابطه سالم است که اگر مرد نتواند از پس مسئولیت هایش بر بیاید – نمی‌تواند نقش موثری در رابطه داشته بـاشد – ایـن فـضای خـالی را نـمی‌توان بـا صحبت‌های آرام و حرکات رومانتیک پر کرد.

اگر چه رفتار فریبکارانه و توهین‌آمیز نشانه‌ای از وسواس عصبی برای کنترل کردن است، بیشتر ما یاد می‌گیریم که کنترل نکردن امیال و احساسات ارزش بیشتری دارد. بهترین شباهتی که می‌توانم در این زمـینه بـیان کـنم جمله‌ای است که از مردی شنیده‌ام که در گیر عشق شده بود. او می‌گفت که این تجربه «مثل دوباره به خانه بـرگشتن است» چـقدر چـنین تـصویری فوق‌العاده است! اگر تمایل داشته باشیم که متعهد بـاشیم و عـاشق شـویم می‌توانیم دوباره خاطرات دوره‌ی کودکی‌مان را تجربه کنیم.

به هر حال تردیدی که ذهن‌مان را درگیر می‌کند این است که چه اتفاقی می‌افتد وقتی ترس زیاد از دست نیافتن به خواسته‌هایمان داریم. ترس زیاد نشانه‌ی علاقه‌ی بیشتر است.

ما روی علاقه‌های قبلی مان پرده‌ای آهنین می‌کشیم و از تبعات رسیدن به آنها می‌ترسیم.

بنابراین مردها می‌ترسند بعد از رسیدن به عشقی که بـه آن عـلاقه‌مند

هستند-یعنی همان چیزی که از کودکی برای رسیدن به آن تلاش می‌کرده‌اند،با نتایجی روبرو شوند که خارج از کنترل آنهاست و اگر او مرد جوانی است،در ابتدا یا اواسط بیست سالگی،هنوز در حال ترمیم زخم‌های به جا مانده از طغیان نوجوانی است و فکر تعهد برایش وحشتناک خواهد بود.

فعالیت‌های بی‌اهمیت

در این بخش داستانی برایتان تعریف می‌کنم که فکر می‌کنم دوست داشته باشید(یکی از داستان‌های پدرم برنارد برکویتز،روانکاو و یکی از مولفین کتاب چطور بهترین دوست خود باشیم) او معتقد است طبیعی است که مردان برای حفظ کنترل تلاش می‌کنند:زوجی در اتاق نشیمن نشسته‌اند.مرد در حال تماشای تلویزیون است و احساس می‌کند که اطاق خیلی گرم شده است.بلند می‌شود تا کولر را روشن کند.وقتی که به کولر نزدیک می‌شود، همسرش بدون اینکه سرش را از روی کتاب بلند کند، می‌گوید:«حالا که ایستاده‌ای،چرا کولر را روشن نمی‌کنی؟»مرد سر جایش میخکوب می‌شود.حالا روشن کردن کولر به معنای انجام دستور همسرش است.شاید با حالت انتقاد بگوید که هوای اتاق کاملاً مناسب است،قبض برق خیلی بالاست یا می‌تواند به جای کولر پنجره را باز کند-از تمام راه‌ها برای در دست گرفتن کنترل مسأله‌ای استفاده می‌کند که بسیار بی اهمیت است.وقتی چنین داستانی را برای مردها تعریف کردم سرشان را تکان دادند.مردها و زن‌ها احساسات مختلفی در مورد از دست دادن کنترل دارند.با این حال،در مورد این نکته که مردها نمی‌خواهند بزرگ شوند هم چیزهای زیادی شنیده‌ام.که نشان می‌دهد چرا مردها نمی‌خواهند تعهد بدهند.سندرم پیترپن عنوان یک کتاب مشهور در زمینه کمک به خود است.

پیتر پسری بود که وندی و بچه‌های دیگر رااز دست کاپیتان هوک نجات داد؛او می توانست پرواز کند اما نمی توانست و نمی‌خواست بزرگ شود.

این داستان،کلیشه‌ای در مورد مردهاست که در سالهای اخیر رایج شده است. مردها برای بزرگ شدن و به عهده گرفتن مسئولیت‌های زندگی عجله دارند.چرا؟چون دوران کودکی،سرزمینی رویایی نیست که در آن پسرها بتوانند پرواز کنند و با دزدان دریایی بجنگند بلکه دورانی بسیار طولانی از وابستگی به دیگران است.

مستقل شدن چنان هدف مهم و تعیین کننده‌ای است که ما برای وفق دادن آن با تناقض کنترل در مقابل تعهد مشکل داریم.زن‌ها چگونه چنین کاری می‌کنند؟سؤال خوبی است؛من هم چنین سوالی را از چندین متخصص پرسیده‌ام و پاسخ‌های متفاوتی گرفته‌ام.از «زیست‌شناسی بدن، سرنوشت هر کس را مشخص می‌کند» تا «شرایط اجتماعی»،«شانس»و در نهایت «نمی‌دانم».

چند سال قبل،با دوستانم به رستوران مشهوری در واشنگتن دی سی رفته بودیم،سالی صاحب رستوران نزدیک میز ما آمد که کمی با هم صحبت کنیم. گفت که قرار است ازدواج کند و یکی از بچه‌ها به شوخی گفت که« گیر افتادی»سالی سرش را تکان داد و گفت:«بر عکس،من باید او را گیر می‌انداختم.بیشتر من تمایل به این ازدواج داشتم...او علاقه‌مند نبود»سالی می‌خواست مطمئن شود که ازدواج کرده‌اند.

هیچ کس نمی‌خواست به سالی بگوید که تعهد دادن چه کار خطرناک و دشواری است و حتی با تغییر در الگوهای اجتماعی که در سالهای اخیر ایجاد شده است هم آسان نمی‌شود.ما بعضی از قواعد فرهنگی که ثابت می‌کردند در زندگی، ازدواج و تعهد جدایی ناپذیرند را فراموش کرده‌ایم.زمانی ازدواج بعد از پایان دبیرستان امری عادی بود.سال آخر

دبیرستان با دیپلم و حلقه نامزدی همراه بود.پایان خدمت سربازی هم یکی از مواقعی بود که نشان می‌داد«وقت ازدواج فرا رسیده است».ولی حالا درست وقتی که لباس بسکتبال دانشگاه به طور اسرارآمیزی برایمان کوچک می‌شود و دیگر نمی‌توانیم زیپ آن را ببندیم،به فکر ازدواج می‌افتیم.

در مورد مردانی که طلاق گرفته‌اند عجله نکنید

مراقب مردانی باشید که حاضرند خیلی زود بعد از طلاق یا پایان یک رابطه کوتاه مدت، تعهد بدهند.زمانی همکاری داشتم که مثال بارزی از یک مرد سرخورده بود.البته در مورد این مرد باید بگویم که مقصد خودش بود، چون زمانی که زندگی زناشوئی‌اش در حال از هم پاشیدن بود با زن دیگری هم رابطه داشت. سرانجام آنها از هم طلاق گرفتند و او به سرعت به نامزدش پیشنهاد ازدواج داد. خیلی زود ازدواج کردند. ما در اداره اسم آن دختر را سیندی «۲» گذ شته بودیم چون با سیندی «۱»، همسر سابق همکارمان، هیچ فرقی نداشت. آن‌ها از نظر روحی و فیزیکی دو قلو بودند.

به مارتی هشدار دادم که دوباره فکر کند و حتی به مشاور مراجعه کند تا قبل از شروع زندگی جدیدش، مشکل زندگی سابقش را بفهمد. آشکار است که او در مسیر ناخودآگاهش نیازهایی دارد که در زندگی سابقش برآورده نشده است و دوست دارد در زندگی جدیدش به آن‌ها برسد. در نهایت سیندی ۲ جایش را به سیندی ۳ و او هم به سیندی ۴ داد.

منظورم این نیست که همه مردهایی که طلاق گرفته‌اند خطرناک هستند اما باید به آن‌ها فرصت بدهید، حداقل یک سال برای اینکه دوباره خودشان را پیدا کنند فرصت نامعقولی نیست. مثلاً رنگ کردن ظاهر خانه را در نظر بگیرید. مطمئناً شما درست بعد از اینکه توفان آن را از بین برده است شروع

به تعمیر نمی‌کنید. ابتدا صبر می‌کنید که نور خورشید نمای بیرون را خشک کند.

این راه را انتخاب کنید

«مگ» شخصیتش هم مثل ظاهرش جذاب است. باهوش، شوخ طبع، بسیار آرام و دوست داشتنی است. مگ با مردی نامزد کرده که بددهن و شکاک است. او را کتک نمی‌زند، اما ضربه‌های کلامی‌اش عزت نفس مگ را نشانه گرفته است.

دائماً به او سر می‌زند که مطمئن شود با مرد دیگری رابطه ندارد. ممکن است در هر لحظه‌ای از شب و روز چنین اتفاقی رخ دهد مدام به او تلفن می‌کند و اگر سریع جواب ندهد یا - خدای نکرده - خانه نباشد، حس خشم و حسادتش فوران می‌کند. فریاد می‌زند، جیغ می‌کشد، داد و بیداد می‌کند و سر و صدا به پا می‌کند.

از مگ پرسیدم: «چرا چنین رفتاری را تحمل می‌کنی؟»

شانه‌هایش را بالا داد و گفت:«نمی‌دانم، فکر کنم عاشقش هستم.»

مگ زنی است که می‌تواند هر کدام از مردهای دنیا را که بخواهد در اختیار داشته باشد - هوش، متانت، زیبایی و تمام ویژگی‌های خوب دیگر را هم دارد. با این همه مگ رفتارهای احمقانه‌ای را تحمل می‌کند چون فکر می‌کند اگر چنین کاری نکند هیچ مرد دیگری در زندگی‌اش وجود نخواهد داشت. مثل اینکه صدایی به او هشدار می‌دهد:«مگ، همیشه همین طور است، بهتر از او پیدا نخواهی کرد.»

دست بردار! اگر شخصیت او مثل نگهبان‌های اردوگاه اجباری است، به او بگویید «شرّت کم، خداحافظ». و دیگر پشت سرتان را هم نگاه نکنید. اگر یک دقیقه بیشتر رابطه توهین‌آمیزی را ادامه دهیم احتمالاً به خودمان

ضربه خواهیم زد. چنین رابطه‌ای اعتماد به نفس‌تان را نابود می‌کند و اعتماد به نفس ویژگی، اساسی هر رابطه سالمی است. اگر به خودتان اعتماد ندارید و احترام نمی‌گذارید احتمالاً مردانی که در اندیشه‌ی سوء استفاده از یک زن نیستند، از شما فاصله خواهند گرفت. عبارت« او آخرین شانس من است» به یک پیشگویی صادقانه تبدیل خواهد شد.

اما به حرفهایم توجه کنید اگر حتی یک دقیقه بیشتر رابطه توهین‌آمیزی را ادامه دهیم احتمالاً به خودمان ضربه می‌زنیم. گاه راه حل آسان و ساده‌ای وجود ندارد. شاید فرزندانی در این رابطه وجود دارند که باید از آن‌ها حمایت کنیم یا باید بعضی عوامل اقتصادی را بررسی کنیم. پریدن از چاله‌ی توهین‌آمیز (هنوز هم منظورم سوء استفاده و توهین غیر فیزیکی است) به چاه آوارگی و تهیدستی اصلاً ایده‌ی خوبی نیست. برای خلاص شدن از یک موقعیت بد به زمان و برنامه‌ریزی دقیق نیاز است.

اما مگ و برندا که در یکی از دفاتر حقوقی در شهر میامی کارآموز وکالت هستند چنین انتخاب‌های ناخوشایندی ندارند. من و برندا در مورد مردها و تعهد صحبت کردیم. او می‌دانست چطور دان، نامزدش، را مجبور به تعهد کند. توجه کنید: دان به خانه‌ی برندا اسباب‌کشی کرده است اما اجاره خانه را برندا می‌دهد، خرید، آشپزی و خانه‌داری می‌کند. تنها کاری که دان هر شب انجام می‌دهد این است که جلوی تلویزیون بنشیند.

مدت کوتاهی در مورد این موضوع فکر کردم و سپس فکری به ذهنم رسید. چرا در دنیا به این بزرگی او می‌خواهد چنین مردی را وادار به تعهد کند؟ تنها چیزی که می‌خواهم این است که «قول بده که مرا ترک کنی و هیچ وقت برنگردی»

در این رفتار دان هیچ ویژگی مردانه‌ای وجود ندارد. او انگل جامعه است و چنین افرادی هم بین زن‌ها و هم بین مردها وجود دارند. او به کمک

برندا زندگی می‌کند. البته ممکن است بتواند در موقعیت دیگری برندا را هم فریب بدهد و پولش را بالا بکشد. شاید به خاطر سوالات محرمانه‌ای در مورد مسئولیت مالی یک مرد نسبت به زن در زندگی‌اش به مشکل برخورد کنیم اما چرا باید دیگران را آزار دهیم؟ منظور برندا این نبود که دان کرایه خانه را بدهد فقط یک رابطه بزرگسالانه می‌خواست.

از برندا پرسیدم آیا چنین سوء استفاده‌ای را از جانب زنی دیگر یا حتی یکی از بستگانش تحمل می‌کند و پاسخ او «نه» بود. رفتارهای بد همیشه بد است، گستاخی همیشه گستاخی است. مهم نیست از طرف چه کسی باشد. دان، دبی یا هر کس دیگری.

آیا زندگی مجردی بهتر از زندگی با آدمی مثل دان نیست؟ و اگر پاسخ هر چیز دیگری بجز بله است، مشکل‌تان این نیست که می‌خواهید از مردی تعهد بگیرید. مشکل بازیابی حس ارزش نهادن به خود است. اگر عاشق خودتان نیستید و به خودتان متعهد نیستید مردها هم عاشق شما نمی‌شوند و به شما تعهد نمی‌دهند.

قطع کردن روابطی که به بن‌بست رسیده‌اند بسیار دردناک خواهد بود. همه ما ترجیح می‌دهیم که از درد و رنج اجتناب کنیم اما وقتی حقایق یک رابطه توهین‌آمیز به چشمان ما زل زده‌اند و ما آن‌ها را نادیده می‌گیریم فقط سعی می‌کنیم بهانه تراشی کنیم.

زن‌ها قدرت کنترل زندگی‌شان را دارند اما باید تمایل به چنین کاری داشته باشند. در مورد برندا خاموش کردن تلویزیون و پاره کردن فیش غذای دان نقطه شروع خواهد بود.

هر الگوی رفتاری منبع یا نقطه شروعی دارد. مردی که از کارش اخراج شده است ممکن است بد دهن باشد اما این بهانه توجیهی برای رفتاری که نسبت به نامزد یا همسرش دارد، نیست. البته این موضوع در مورد اعتیاد به

الکل، مصرف نادرست دارو و بیماری‌های ذهنی متفاوت است. اگر تحت درمان است و برای بهبودی تلاش می‌کند قطعاً به کمک شما نیاز دارد. اگر برایتان امکان دارد، با او بمانید – اما تنها، تنها در صورتی که تحت درمان است. علت تضعیف رابطه‌تان همین بیماری است و مادامی که برای درمان آن تلاش می‌کنید امید وجود دارد.

مسیری طولانی برای تحقیقی کوتاه

اگر فقط ملاقات کوتاهی با یک فالگیر داشته باشید بسیار دشوار است که تشخیص دهید آیا مرد مورد علاقه‌تان اهل «تعهد دادن» است یا نه. یکی از کارهایی که می‌توانید انجام دهید این است که به حرف‌هایش در مورد نامزد یا همسر سابقش گوش دهید. اگر بیشتر از شانزده سال سن دارد احتمالاً اولین زن زندگی‌اش نیستید. از او چند سؤال در مورد مشکلات رابطه قبلی‌اش بپرسید(شاید هیچ مشکلی وجود نداشته و در این صورت باید در جستجوی رازی باشید که در ازدواج نکردن او با داشتن سه فرزند وجود دارد) مثل بازجوها نباشید که مرتب سؤال می‌کنند، خیلی آرام سؤالاتی منطقی از او بپرسید.«چه شد که موفق نشدید؟» «مشکل از کجا شروع شد؟» گوش‌هایتان را کاملاً باز کنید تا زنگ هشداری را که در دوردست به صدا درمی‌آید، بشنوید. وقتی در مورد گذشته‌اش صحبت کردید، نوبت به آینده می‌رسد. چه برنامه‌ای برای زندگی‌اش دارد؟ مقصد بعدی‌اش کجاست؟ در روزهای ابتدایی رابطه نباید انتظار داشته باشید که عکس شما را در کیف پولش بگذارد. شاید هنوز خیلی زود است. اما می‌توانید بفهمید که آیا یک نمایش تک نفره بلند مدت راه انداخته است یا نه. برای اینکه بیشتر متوجه موضوع شوید، مثالی برایتان تعریف می‌کنم که

در پروازی به سالت‌لیک سیتی اتفاق افتاد. با پزشکی که در کنار من نشسته بود. برای آینکه وقت بگذرانیم، تصمیم گرفتیم در مورد مشکلات موجود در برقراری تعادل بین شغل و نیازهای خانواده بحث کنیم. بیل کوپر می‌گفت که عاشق کارش بوده و برای خودش قانونی گذاشته بود که به تمام دوستانش بگوید که اجازه نمی‌دهد هیچ چیزی بین او و شغلش به عنوان یک جراح فاصله ایجاد کند. او سه بار ازدواج کرده بود و هر سه همسر قبلی‌اش او را به خاطر اعتیاد به کارش سرزنش می‌کردند. درحالی که هواپیما در حال فرود در مقصد بود گفت: «آن‌ها نمی‌توانند ادعا کنند که قبلاً به آن‌ها هشدار نداده بودم.»

روش دیگری هست که غیر مستقیم‌تر است و براساس قانون «آنها در مقابل ما» است. در مورد زوج‌های دیگر با او صحبت کنید. چرا ند و کاری اینقدر با هم مشکل دارند؟ چرا آلیس و گری اینقدر خوشبخت هستند؟ پاسخ‌ها و تحلیل‌هایش بیشتر از آنکه خودش تشخیص دهد خصوصیت درونی او را آشکار خواهند کرد؟

فیلم‌ها و کتاب‌ها می‌توانند ایده‌هایی به شما بدهند. از خواندن چه کتاب‌ها و دیدن چه فیلم‌هایی لذت می‌برد؟ آیا قهرمانان فیلم‌های مورد علاقه‌اش «انسان‌های واقعی‌اند»، یا افراد گوشه‌گیر یا کسانی هستند که معتقدند باید عاشق شوند و بعد محبوب‌شان را رها کنند؟ادبیات و نمایش با بسیاری از موضوعات دشواری که در یک رابطه مهم هستند،ارتباط دارند.در مورد پایان داستان،تغییر و تحولات داستان،کشمکش‌های بین شخصیت‌ها و راه حل‌های موجود صحبت کنید،شاید مردی که از یک شخصیت متنفر است مرد زندگی شما نباشد(شاید هم باشد).از قدیم گفته‌اند که زندگی تقلیدی از هنر است.

مهمتر از همه اینکه با دقت گوش کنید. گاه عشق آن قدر در زندگی ما جریان یافته است که احساسات گوش‌های ما راکر کرده و منطق ما را از بین برده‌اند.منصفانه به حرف‌هایش گوش دهید و سپس می‌فهمید که چه احساسی در مورد حرف «ت» تعهد دارد.

فصل دوازدهم

نقطه ضعف

□□□

سؤال: چرا مردها از رئیس زن متنفرند؟

پاسخ: ترس،بیشترما–مرد و زن–از ناشناخته‌ها می‌ترسیم.همیشه وقتی نمی‌دانیم چه انتظاراتی باید داشته باشیم بدترین سناریوها را در سر می‌پرورانیم. مردانی که در سن پنجاه سالگی یا بالاتر هستند،ایده ی کار با همکاران زن تمام احساسات ناشی از عدم اطمینان،ناامنی و ترس را در آنها بیدار می‌کند.آنها نمی‌دانند که چه انتظاری باید از همکار خانمشان داشته باشند و در نتیجه واکنش خصمانه‌ای نشان می‌دهند.

مردی که ده یا پانزده سال در شرکتی کار کرده است در چنین مواقعی بسیار آسیب‌پذیر است. کار بیرون از اداره و دور بودن مسیر بدین معناست که شغل‌های بسیار کمی را میتوان یافت.معیارهای مربوط به کاهش هزینه‌ها در افرادی که درآمد بالایی دارند،از بین رفته‌اند. اگر از بیماری پارانوئید رنج نمی‌برید معنایش این نیست که هیچ دشمنی ندارید و ممکن

است این دشمنان زن هایی باشند که حرکت بر نردبان پیشرفت را آغاز کرده‌اند.

خیلی راحت است که ذهنیتی انحصاری-ما در برابر آنها-ایجاد کنیم.اگر شما یکی از آنها هستید.هیچ چیز به نظر شما کافی نخواهد بود.ثبت کردن نمودارهای فروش،مشتری‌های راضی،حساب‌های جدید هم هیچ فایده‌ای نخواهد داشت.

اما زمان به نفع شماست.باز نشستگی و دوران بیکاری راه را برای زن‌ها باز می‌کنند و مردها به تدریج یاد می گیرند که می توانند با زن‌ها در محل کار همزیستی داشته باشند.به نظر می‌رسد که مردهای جوان‌تر بهتر با چنین شرایطی کنار می آیند شاید علت چنین رفتاری این است که آنها هنوز آن قدر سن ندارند که تجربه‌ی کار در چنین مکان هایی را داشته باشند.

در نهایت وقتی ترس مردها فروکش می‌کند و تا حد لازم خودشان را با شرایط منطبق می‌کنند،سعی می‌کنند با استانداردهایی-در مورد عملکرد و رسیدن به اهداف-که برای خودشان به کار می‌گیرند،در مورد زن‌ها قضاوت کنند.

کارولین یکی از افراد کارآمد در یک موسسه تجاری در واشنگتن دی سی،می‌گفت که همیشه مردها پست‌های مدیریتی بالا را در موسسه آنها اشغال کرده‌اند.اما او در مورد چنین موقعیتی برخورد موقرانه‌ای دارد.پست‌های مدیریتی درجه دوم را خانم‌ها در اختیار دارند.بطور سنتی،این پست‌های درجه دوم به عنوان سنگ پرتابی برای پست‌های اصلی به حساب می‌آمده‌اند و وقتی یکی از مردهای عجول تصمیم می‌گرفت با انجام یکی از مسئولیت‌های نان و آبدار در شغلش پیشرفت کند،چون از تجربه کافی در مراحل پایین‌تر برخوردار نبود تمام تلاش هایش بی ثمر می‌ماند.در مقایسه باید بگویم که بازی قدرت باعث شده که

زن‌ها عملکرد بهتری داشته باشند.

از نظر کارولین آنچه که به ارتقاء شغلی زن‌های شاغل در موسسه تجاری کمک می‌کند،رشد حضور آنها در پست‌های مهم دولتی است.امروزه کنگره،کاخ سفید و حتی دادستانی کل دیگر مختص مردها نیست.او می‌گفت:«همکاران مرد من به تدریج یاد می‌گیرند که تلفن‌های کاری من هم پاسخ داده می‌شوند.»و اگر یکی از همین روزها کارولین را در یکی از پست‌های مهم کاخ سفید ببینم تعجب نمی‌کنم.

به دست آوردن احترام کاری بسیار ضروری است.مردها وقتی به در جلوی اداره می‌رسند کسی به طور خودکار به آنها احترام نمی‌گذارد.اگر می‌خواهید شیری را رام کنید بهتر است ثابت کنید که می‌توانید از پس یک تازیانه و صندلی بیایند. بسیار ناراحت کننده است که ببینیم زن‌ها مجبورند خیلی سخت‌تر از همکاران مردشان کار کنند.شیرها عادت ندارند که زن‌ها را هم در قفس خودشان ببینند والبته زن‌های دیگر هم همین طور هستند.من زن هایی را در پست‌های خیلی مهم دیده‌ام که بعضی از سخت‌ترین انتقادها و مخالفت های کاری شان را از جانب زن‌های دیگر دیده‌اند و در نتیجه باید برای کارشان در دو جبهه بجنگند.

مهم است که مسائل و نزاع‌های شغلی تان را با دقت و مورد به مورد انتخاب کنید.یک لطیفه زناشویی ممکن است در یک موقعیت چیزی مثل دعوت به قیام مسلحانه به نظر برسد و قطعاً هیچ دلیلی برای خندیدن وجود نخواهد داشت.در موقعیت دیگر همان لطیفه بسیار خنده دار و جالب است.قضاوت دقیق هم همین طور است.

موضوع دیگر تفاوت‌های جنسی آشکار است که اصلاً قابل تحمل نیستند.تبعیض در محل کار وجود ندارد.اما به خاطر داشته باشید که ما کشوری هستیم که شوخ طبعی در مورد مسائل قومی،نژادی و زناشویی در آن فراوان است (منظور جامعه‌ی آمریکا است) استفاده از لطیفه به جای

سلاح یک قانون اجتماعی است.اگر می‌خواهید از نردبان پیشرفت بالا بروید باید مطمئنتان کنم که در تمام مسیر شما را تمسخر،تحقیر و تضعیف می‌کنند.بگذارید کارشان را بکنند سپس شما آن را به شوخی بگیرید و رفتارشان را به خودشان برگردانید.

سوال: چرا مردها سراغ فساد می‌روند؟

پاسخ: پاسخ ساده، صادقانه و قانع کننده این است که چون خواسته‌شان را در خانه نمی‌یابند در بیرون از خانه به دنبالش می‌گردند.البته منظورم این نیست که این راه جایگزینی قانونی برای رابطه جنسی است.سؤال این بود که چرا مردها به چنین جاهایی می‌روند؟

نگاهی به فصل دو بیندازید که گفتم مردها از آنچه زن‌ها فکر می‌کنند ساده‌تر هستند.حتی گاهی به یک رابطه زناشویی شفاهی هم قانع هستند چون می‌دانند که بیشتر از آن نخواهند یافت.

قصد ندارم به شما توصیه کنم که برنامه‌ریزی جنسی او را بی هیچ قید و شرطی دنبال کنید. اگر خواسته‌های او منطقی نیست،انجام ندهید یادر موردشان فکر کنید. منظورم این است که آنها نیاز خاصی دارند که اگر شما آن را برآورده نکنید به سراغ چنین زنانی می‌روند و آنها هم در قبال دریافت پول نیازشان را تامین می‌کنند.

در بعضی موارد وقتی عزت نفسش تضعیف یا دچار تکبر می‌شود به چنین مکانی می‌رود تا احساس کند«خدایا این همان جایی است که می‌توانم به خواسته هایم برسم و احساس قدرت می‌کنم.»

گفته‌های من را مورد روابط و اینکه بسیاری از مردها به آن اولویت نمی‌دهند به خاطر می‌آورید؟ مردها می‌توانند با پرداخت پول به یک زن خیابانی نیازشان را ارضاء کنند بدون اینکه نگران تعهد،درگیری عاطفی یا احساسات شخصی دیگری باشند.

فصل سیزدهم

ذات خائن مرد

□□□

ما مردها تنوع‌طلب به دنیا می‌آییم. همین طور که از سر تا سر خیابان عبور می‌کنیم نگاهی به مغازه‌ها و بازار می‌اندازیم. این بدان معنی نیست که قصد خرید داریم. نگاه کردن به زنان دیگر به معنی بی‌قیدی و هرزه‌گی نیست. جک می‌خواست بداند که آیا چشم‌چرانی‌اش خانمش را آزار می‌دهد. او می‌خواهد بداند " اگر به خانمی که از کنارمان رد می‌شود نگاه کنم، ناراحت می‌شوی؟"

او جواب می‌دهد: "البته اگر نگاه کردن در حد معمول باشد، نه اینکه با نگاهت دنبالش کنی." جک با تعقل سری تکان می‌دهد طوری که می‌خواهد اظهار کند که نکته‌ی تمایز بین این دو موضوع را فهمیده است.

بگذارید خودستایی نکنیم. زن‌ها به زن‌های دیگر نگاه می‌کنند پس چرا مردها به آنها نگاه نکنند؟ زنان همچنین به مردهای دیگر هم نگاه می‌کنند. من در اتاق سبز رنگی که در آن افراد منتظر بودند،نشستم. وقتی زنی از درب جلویی می‌آمد، هر زن دیگری در اتاق، بطرزی منتقدانه لباس، کفش، آرایش و موهای او را برانداز می‌کرد که مطمئناً برای تحسین او نبود. بعد هم نتایجی شسته و رُفته راجع به سر و وضع، تحصیلات، هوش و اخلاق این

خانم می‌گرفتند. در این اثنا مردها اگر سرشان را از روزنامه‌شان بیرون بیاورند معمولاً مجموعه ویژگی‌های کاملا متفاوتی را مورد توجه قرار می‌دهند و بیشترین چیزی که توجه شان را جلب می‌کند مربوط به مسائل جنسی است.

بطور صریح و بی پرده بگویم چند ثانیه‌ی اول او را فقط از لحاظ جنسی بررسی می‌کنند.

مردهایی که از هر زنی که می‌بینند توصیفات جسمی می‌کنند، می‌خواهند به گوش همه‌ی عالم برسانند که گستاخ‌اند. آنها در واقع مردهای دیگر را هم شرمنده می‌کنند. آنها فقط راجع به زنانی که در خیابان دیده‌اند، صحبت می‌کنند. اما متوجه شده‌ام که وقتی گپ و گفتگو، کوتاه و شیطنت‌آمیز باشد این افراد هم گهگاهی در پاسخ به مسخره کردن می‌پردازند.

هیچ اشکالی ندارد که از مردی بپرسید که چرا زنی برایش تحسین برانگیز است. همسر آرلن به او می‌گوید " نمی‌دانستم این قدر از موهای کوتاه خوشت می‌آید. " یک هفته بعد که به خانه می‌آید می‌بیند که آقای اورنزو عکس چند خانم با دامن کوتاه را روی کمد چسبانده با پی بردن به اینکه مردی در پی زن‌های درشت و تپل است، آنهم بواسطه‌ی دنبال کردن خط سیر نگاهش در خیابان‌ها، مقدار زیادی از پول‌هایی را که قرار است خرج کتابهای رژیم غذایی شود پس‌انداز می‌کند. از او بپرسید که آیا دوست دارد شما هم همان شکلی شوید. اگر گفت بله، دفترچه تلفن را بردارید و شروع به رزرو میز در رستوران‌های ۴ ستاره بکنید.

وقتی مردی خیانت کرد چطور می‌فهمید؟

تغییر ناگهانی در الگوهای رفتاری و عادات ثابت یک نشانه است. سرمستی و عیاشی غیر قابل توضیح و ولخرجی در خرید لباس هم ممکن است به این معنی باشد که او بی‌قرار است.

اما من معتقدم که زنان نباید کارآگاه شوند تا شوهران خود را به قمار بگذارند و منتظر بدست آوردن سرنخی از آنان شوند. خیانت و بی‌تعهدی حاکی از دیگر مشکلات است. دنبال مشکلات رابطه‌تان بگردید و برای حل‌شان بکوشید قبل از اینکه بی‌تعهدی به وجود آید.

شری هیست نویسنده، مدعی است که ۷۰ درصد زنانی که بیش از پنج سال است که زندگی زناشویی دارند، درگیر مسائل خارج از محدوده زناشویی‌اند. آنها خودشان را درگیر مسائلی می‌کنند که نباید جایی در زندگی زناشویی‌شان داشته باشد.

مردهای زیادی هم درست در همین حال بسر می‌برند. آنها به دنبال رضایت جنسی و عاطفی‌ای هستند که در خانه وجود ندارد. یک بخش از قلم افتاده ممکن است این احساس باشد که مرد بدنبال تأمین،محافظت، قدرت، بقای خانواده و رابطه است. هر مردی دوست دارد که به‌نوعی کنترل و مسئولیت فردی را به عهده داشته باشد.این احساس بخشی کلیدی از تصویر زندگی و نقش تاریخی‌شان است. این به‌نوعی حصول اطمینان در ضمیر ناخودآگاهست که همه‌ی ما در وجودمان داریم و وقتی گم می‌شود، دنبالش می‌گردیم.

اغلب خانم‌های جوان و کم تجربه،این تصور را برای مردان ایجاد می‌کنند که خودشان حافظ، راهنما و سرپرست هستند و البته این نمی‌تواند یک گمان باشد بلکه یک زنگ خطر است چرا که مردها این را دوست ندارند.یک مرد بالغ می‌تواند تجربه و خرد زیاد خود را در اختیار کسی که بی تجربه است قرار بدهد.

کنجکاوی‌تان را راجع به او و کارش حفظ کنید. مردها معمولاً به مردهای دیگر اطمینان نمی‌کنند. اما اصرار بر این دارند که تدابیر حفاظتی‌شان را کنار بزنند و جنبه‌های مهم زندگی مورد علاقه‌شان را امتحان

کنند. برخی از این‌ها ممکن است ایده‌ی جالبی برایتان نباشد، اما اگر خسته و یا پز مشغله بنظر برسید، آن‌ها شما را شریک زندگی شان نخواهند کرد. زوج‌هایی هستند که سر میز رستوران ساکت کنار هم می‌نشینند، انگار که دیگر حرفی برای گفتن ندارند و این در حالی است که زوج‌های دلباخته جوان در کنار هم‌می نشینند و هنگام صرف شام مشغول گفتگو و خنده می‌شوند. آنها میلیونها سؤال برای پرسیدن از همدیگر و میلیاردها ایده برای رد و بدل کردن با هم دارند. کسانی که انتظار دارند هر روز دقیقاً همان چیزهای قدیمی را داشته باشند، همان چیزهای قدیمی هم برایشان می‌ماند.

چهره‌های خائن

هر وقت جدول و نموداری می‌بینم به خودم یادآوری می‌کنم که این‌ها دروغهای لعنتی و آمار هستند. اما متأسفانه آمار راجع به مسئله‌ی خیانت در ازدواج این نمودارها را تأیید می‌کند. خیانت‌های زیادی در آن نمودار جریان دارد.

معمولاً خیانت را بیشتر به مردان نسبت می‌دهند اما بررسی‌های بیشتر نشان می‌دهند که نقش زنان را نیز نباید نادیده گرفت. اگرچه دستیابی به اطلاعات صحیح آسان نیست و سال‌ها طول خواهد کشید اما مطالعات اخیر این روند را تصدیق می‌کند.

پاسخ‌های قدیمی که دلیل خیانت مردها را توضیح می‌دادند دیگر کارآمد نیستند همه این پاسخ‌ها را شنیده‌اند: مردها خیانت می‌کنند چون شهوت‌ران هستند. مردها خیانت می‌کنند چون از زن‌ها متنفرند، مردها خیانت می‌کنند چون می‌خواهند ثابت کنند که هنوز جوانند و امثال اینها. منتها در این مورد حس می‌کنم که همیشه لازم بوده به مردان برچسب کثیف و نامتعادل بودن بزنیم.

اما اگر آمارها صحیح باشند و زنان هم مردها را در این کجراهی خارج از محدوده روابط زناشویی دنبال کرده باشند، توضیح دیگری هم باید وجود داشته باشد. یک تئوری که از سوی گروه‌های فمینیست ارائه شده این است که زنان نسبت به فقدان صمیمیت و روابط تعهدآمیز واکنش نشان می‌دهند و جایی دیگر دنبال آن می‌گردند. این تئوری باورکردنی است، در واقع آنقدر قابل باور است که استدلال مشابه آن را می‌توان برای توضیح دلیل خیانت مردها ارائه داد.

گرچه "این زن مرا وادار به این کار کرد" به همان اندازه‌ی "این مرد مرا به این کار واداشت" ضعیف و غیر معقول است.

بگذارید سرپوش‌های اخلاقی را کنار بزنیم و بدنبال علت و معلول درستی برای توضیح بی‌تعهدی باشیم. پیش از این مردها خیانت می‌کردند، چون فرصت‌های زیادی برای این کار داشتند. بیشتر عمرشان را بیرون خانه می‌گذراندند. اکنون زنان هم تحت تأثیر همین شرایط کار و زندگی می‌کنند، آن‌ها نسبت به قبل فرصت‌های بیشتری برای خیانت دارند.

- این صدای انعکاس یافته‌ای است که می‌شنوم؟ پس آمار خیانت رو به رشد است. زنان در جایگاهی بیرون از خانه هستند که کارشان کسب درآمد است.

همه ما قادریم خیانت کنیم و این اتفاق توسط هر دو جنس به وقوع می‌پیوندد.

با وجود اینکه این نگرش مرسوم است اما احتمالاً به راحتی نمی‌توان از آن گذشت، با این حال بهتر است بدانید که ما در مورد ضعف نوع بشر صحبت می‌کنیم نه در مورد بیماری لاعلاجی که منحصر به مردها است. دسته‌ای که از جایگاه خود سقوط می‌کنند، دوباره خود را بالا می‌کشند و سر جایشان برمی‌گردند،اینها خیانتکاران نیستند. در بسیاری موارد این

خطا بدون برنامه‌ریزی قبلی، سوء نیت عمدی یا هر چیز دیگر اتفاق می‌افتد. این تنها مسئله‌ی ناراحت کننده است. ضرب‌المثل عبری را که قبلاً گفتم، به یاد آورید: «در آن لحظه ذهنش درست کار نمی‌کرده است.»

ثبت یک الگو

کنترل و تصدیق دو دلیلی هستند که اغلب روانشناسان برای ناپایبندی اظهار می‌دارند. هم زن‌ها و هم مردها نیاز به تقویت خودشناسی‌شان دارند و همان طور که یک رابطه تدریجاً شکل می‌گیرد، کیفیت و کمیت این شکوفایی هم ممکن است تغییر کند.

وقتی رابطه‌ای کامل شد، پیچیده‌تر می‌شود و پیچیدگی‌ها راهی برای ایجاد آزردگی و ناراحتی هستند (شرط می‌بندم متوجه آن شدید). همین طور که آزردگی‌ها ادامه می‌یابد، حس ژرفی به وجود می‌آید که کنترل نفس را از بین می‌برد. آنچه که می‌تواند یک مرد را به روابط خارج از محدوده زناشویی بکشاند، توجه به خیال و رؤیایی است که می‌تواند پیچیدگی را برطرف کند و به او در کنترل نفس کمک کند.

رابطه‌ی جنسی با یک شریک جدید هیجان‌آمیز است. طغیان هوس‌ها این اطمینان را به وجود می‌آورد که این مرد، واقعاً مرد است، نه اینکه فقط تحت تأثیر حس جنسی قرار گرفته بلکه خواسته‌ی او دریافت عشق، تحسین شدن و مورد پسند شخص دیگری قرار گرفتن است. شروع رابطه‌ی جدید به معنای تکرار این حس است: یادآوری زمانهای گذشته، عشق‌های دیگر که زمانی بنظر می‌رسید تمام عیار و منحصر به فرد است.

در چند جمه‌ی آخر به خیانت مردها پرداختم اما می‌توانم این مقوله را در مورد زنان هم بررسی کنم. الگوهای خیانت مشابه هم است. یک جمله ی قدیمی را به یاد دارم که به طور یکسان برای هر دو جنسیت صدق می‌کند.

«هر آنچه که از انجامش لذت می‌برم غیر قانونی و غیر اخلاقی است.»

بهای خیانت

بسیاری از مردان متأهل طوری رفتار نمی‌کنند که بنظر برسد خیانت خواهند کرد. افراد عاقل از دردسر اجتناب می‌کنند. رابطه‌ی خارج از زناشویی چاه عمیقی از دردسر است. پیامد این رابطه، اضطراب عاطفی، صدمه به خانواده و از دست دادن آن و احتمال حتمی شکست مالی در نتیجه‌ی طلاق، است.

چند لحظه لذت جنسی ارزش چنین بهای سنگینی را ندارد و با این حال باز هم خیانت اتفاق می‌افتد. پاراگراف قبل را دوباره بخوانید، می‌بینید که در سطر دومش کلمه‌ی عاقل را بکار بردم. این کلید شناسایی معمای خیانت است. روابط خارج از محدوده‌ی زناشویی عملی کاملاً غیر عقلانی و نادرست است.

خیانت، سطحی دیگر از نابخردی است. مثل لجنی که بعد از هر سیلاب کنار رودخانه می‌بندد. اگر چنین اتفاقی افتاد باید چکار کنید؟ در همان اطراف رودخانه ماسه‌های روان را ببینید. عاقل باشید.

این سؤال را از خودتان بپرسید: اگر کسی اشتباهی مرتکب شد، آیا ارزش آن را دارد که یک ازدواج خوب را بر باد بدهید؟ همه‌ی ما ممکن است از وفاداری به خیانت سقوط کنیم. وسوسه‌های زیادی در این دنیا وجود دارد. از گفتگوهایی که با مردانی که خیانت کرده‌اند و زنانی که در جدال با نقض وفاداری بوده‌اند، داشته‌ام، متوجه شده‌ام که بهترین کار ابراز کردن خشمتان است اما نه اینکه بلافاصله بعد از این قضیه برای از هم پاشیدن ازدواجتان اصرار کنید.

زوج‌هایی که در کنار هم می‌مانند مایلند با مشکل‌شان رو به رو شوند. این زن به او می‌گوید که اگر خیانت دوباره اتفاق بیفتد چه می‌شود.مردها عادت به زندگی و کار در دنیای علت و معلول دارند. "اگر تو مرتکب X شوی، من Y را انجام می‌دهم." این چیزیست که به سادگی متوجه می‌شویم.

و اگر این اتفاق دوباره بیفتد، شما باید به این ترتیب عمل کنید، اجازه بدهید چرخه‌ی جانفرسای نابخردی به جریان بیفتد.

صداقت همیشه بهترین سیاست نیست

حالت بدی است که فکر خیانت برای شخص خائن عادی می‌شود. چندین دلیل خوب برای داشتن رابطه‌ی نامشروع وجود دارد. انتقام و تنبیه دلایل خوبی نیستند.

بسیاری از مردها وقتی منحرف می‌شوند احساس گناه می‌کنند. آنها شکست خورده‌اند و شکست آزارشان می‌دهد.

اگر کالسکه‌ی وفاداری در مسیری به حفره‌ای زیر زمینی برخورد کرد و شما بیرون افتادید چه؟ توصیه‌ی من این است که اگر این اتفاق یک بار در تمام عمرتان بود، کار درستی نیست که خودتان را رسوا کنید. زن یا شوهر حتماً لازم نیست بداند که شما دچار انحراف شده‌اید. اگر اصرار به اقرار کردن به او داشتید از خودتان بپرسید که این اقرارتان قرار است به نفع او انجام شود یا فقط برای راحت کردن وجدان خودتان از احساس گناه است.

به سختی می‌توان مردهایی را یافت که بپذیرند به آنها خیانت شده است. اگر هم بتوان چنین مردهایی پیدا کرد آنهایی هستند که احساساتشان بسیار ضعیف است. چنین مردهایی معمولاً دیگر تمایلی به رابطه داشتن با همسرانشان ندارند و این زنان بخاطر هرزگی و بی‌قیدی صدمات زیادی می‌بینند. کارآگاه‌های خصوصی توسط مردان حسود فرصت اشتغال

می‌یابند. یکی از مردانی که کارآگاهی را به خدمت گرفته بود به من گفت زنان بندرت به دنبال کشف خیانت شوهرانشان هستند. اغلب اوقات این مردها هستند که می‌خواهند حقیقت تلخی را بفهمند.

شاید بهتر باشد به جای بحث کردن در مورد مشکل، افکارتان را روی کاغذ بیاورید. با مکتوب کردن چنین مطالبی ایده‌هایتان را سر و سامان دهید و احساسات‌تان را ابراز کنید. بهتر است چند روزی صبر کنید و وقتی اوضاع آرام‌تر شد برگردید و صفحاتی را که احتمالاً در لحظات شوک آور که در حال طغیان احساسات بودید، نوشته‌اید، بازخوانی کنید. ممکن است متوجه گریزها، فرصتها و روزنه‌های امیدی شوید که بار اول تحت الشعاع اوضاع و احوال قرار گرفته بود.

با همه‌ی اینها مراقب یادداشت‌هایتان باشید اما اگر او متوجه اشتباه‌تان شد، دیگر انتظار نداشته باشید که آرام و منطقی باشد. هدف این است که در اسرع وقت چیزها را بر مبنایی منطقی قرار داده تا هر دو شما بتوانید ارزیابی کنید که چرا این اتفاق برای بار اول افتاد. در اینجا مشاوره‌ی حرفه‌ای هم مفید خواهد بود.

اگر اشتباهی مرتکب شده‌اید، که احتمال نمی‌دهید دوباره انجام دهید، او را مطلع نکنید، بخصوص اگر متوجه آثار جرم نشود و از آن پس مراقب رفتارتان باشید.

فصل چهاردهم

بازی کلمات

□□□

فرهنگ لست دارای کلماتی با عنوان "کهن غیر مصطلح" می‌باشد. این سنگ قبریست که خبر از مرگ برخی عناصر زنده‌ی سخن می‌دهد. وقتی فرهنگ "وبستر" را برای کلمه‌ی زنانه و مردانه (قدیمی) می‌گشتم، از دیدن حفظ و بقای آن‌ها خوشحال شدم، گرچه راهی برای اداکردن آن‌ها نبود چرا که آخرین نفس‌ها را سپری می‌کردند. خبر بد این است که مفهوم مرد بودن یا زن بودن را گم کرده‌ایم. وبستر مفهومی ناچیز از حالتی که گویای مرد یا زن بودن است، ارائه می‌کند.

خبر خوب، این که می‌توانیم یکدیگر را پیدا کنیم، قبل از این که این سیاره را مومیایی کنیم.

چند سال پیش "برابر ساختن و تساوی خود" باب روز بود. بعضی زن‌ها برای یافتن مردهای زن‌صفت بیرون می‌آمدند. این نمونه‌ی آزمایشی با ویژگی‌هایی مثل حساس و اندیشمند، معرفی و تبلیغ شد. این موجود برای لحظات اول جالب توجه بود چرا که خالی از هیجان بود و یا پس از لحظات کوتاه اول رنگ می‌باخت. از آن وقت در مورد زن‌ها و مردها برخی چیزها

معلق و نامعلوم باقی مانده است.

اما ما هرگز با نگاه کردن به اشتباهات نمی‌توانیم مفهومی را درک کنیم. در هیچ یک از موارد هم منظورمان این نیست که چیزهای مردانه بر زنانه چیره شود یا اینکه یکی‌شان قوی و دیگری ضعیف باشد. این فقط یعنی این که ما با هم متفاوتیم. قدیمی‌ها معتقد بودند که تضادها جذابیت ایجاد می‌کنند. نحوه‌ی تفکر آنها اینگونه است و همین باعث می‌شود هیجان، جذابیت و تنش جنسی زیادی را تجربه کنند.

بابای امروزی

حال می‌خواهیم بفهمیم که چه دلیلی باعث می‌شود مردها عبوسانه خود را از پدر شدن - که خیلی هم فنی است - عقب بکشند. ما از جنبه‌ی مهمی اصلاً تغییر نکرده‌ایم. نحوه‌ی حضور ما در روند موالید، جدای از ملاحظات ادیبانه به همان شکل همیشگی‌اش باقی مانده است. ورای روابط زناشویی و بارور شدن، مردها در جهت پدر شدن از طریقی کاملاً متفاوت پیش می‌روند.

مردها نسبت به قبل پدران بهتری شده‌اند. حتی فمنیست‌های دو آتیشه هم با پیشرفت مردها در این مقوله موافقند. ما پدرانی حامی و حرف گوش کن‌تر از قبل شده‌ایم. فکر می‌کنم به لذت و تعهد در پدر بودن رسیده‌ایم. از روی سادگی می‌بینیم که بچه‌داری خیلی لذت بخش‌تر از تمیزکاری در خانه است. مطمئناً لذت بالا و پائین انداختن بچه بیشتر از سابیدن کف آشپزخانه هست.

اما بلند کردن پدر از روی صندلی راحتی‌اش و آوردن او به عرصه‌ی بچه‌داری تغییری مثبت و پویاست. در نتیجه بچه‌ها بطور کامل در برخورد با هردوی والدین‌شان خواهند بودو بهتر تربیت میشوند، چون پدرانشان فعالانه درگیر زندگی آنها می‌شوند.

یک مرد عادی بچه‌هایش را در آغوش می‌گیرد. من در سنت پاول مینسوتا برای پدران امروز نمایشی برگزار کردم. اکثریت قریب به اتفاق این پدران متعلق به طبقه‌ی کارگری از قبیل تعمیرات تلفن، کارگران ساختمانی، راننده‌ی تریلی و غیره بودند. ما در مورد ساناتا مونیکا یا منهتن صحبت نمی‌کنیم و شما باید آن‌ها را با کودکان‌شان می‌دیدید. آن‌ها کودکانشان را در آغوش گرفته، می‌بوسیدند و از آنها نگهداری می‌کردند. آن‌ها نهایت تلاششان را می‌کردند و هر یکشنبه به کلاس می‌رفتند تا یاد بگیرند چطور می‌توان پدر بهتری بود، چطور پوشک بچه‌شان را عوض کنند، چطور او را ماساژ بدهند. چطور باید با او بیشتر تماس داشته باشند. آن‌ها در این راه دلسوزی کرده، احساسات، ترسها و نظرات‌شان در مورد امروزی بودن رابا هم سهیم شدند. اینها زمره‌ی اول از پدران بودند و همان طور که گفتم افرادی ادیب و تحصیل کرده هم نبودند. هیچ کس ابراز مخالفتی نکرد و مطمئنم اگر شما هم بودید همین کار را می‌کردید.

اِوی کوهن که تهیه کننده تلویزیون است بخاطر حرفه و سبک زندگی‌اش در کلان شهر به این نحوه‌ی تصور جوانان تازه به دوران رسیده‌ی شهری بیشتر تمایل دارد. او اولین کسی بود که مرا به معمای پدر امروزی علاقمند کرد. او با همسرش وظیفه‌شناسانه به کلاسهای لاماز می‌رود. او این جلسات را " جلسات جنگ و دعوا" می‌نامد. وقتی فرزندش بدنیا آمد خود را در مقابل اتفاقی که در زندگی‌اش افتاده کاملاً بدون آمادگی می‌دید. تمام توجهش معطوف به همسر و فرزندش می‌شد. به محض این که پسرش بدنیا آمد احساس کرد از خانواده‌ای که خودش تلاش کرده بود تا به وجود بیاورد، طرد شده است، طوری که به کمک نیاز داشت. مرد بیچاره دائماً خسته می‌شد. اغلب گیج و درمانده در محل کارش راه می‌رفت. شگفت‌انگیز بود که بیشترین کاری که در توانش بود را هم انجام می‌داد. گاهی با حالت طعنه‌آمیزی نیمه شوخی و جدی می‌گفت: " چه بلایی بود که بسر خودم آوردم؟ " سردرگم بود و فکر کنم عصبانی از این که چرا به پدرها نمی‌گویند که قرار است چه اتفاقی برایشان بیفتد؟ هیچ وقت حقیقت را به آن‌ها نگفتند. زنان، مادران نسل قبل این را آموزش داده و ملکه‌ی ذهن خود

کرده‌اند. باید احتمال افسردگی پس از زایمان را بدهی، همین طور احتمال از دست دادن وزنی که طی بارداری پیدا کرده بودی. در مورد پدرها چیزی نمی‌گویند. پدر خودت هم همین طور بوده است. مثل ترتیب مرموز فراماسونری است. می‌توانید مدرسه بروید و طرز تعمیر موتور اتومبیل‌تان را یاد بگیرید. اما پدر بودن راز بزرگ زندگی‌تان است و تا پدر نشوید نمی‌توانید جزئیات مربوط به آن را درک کنید، نمی‌دانی. فرقی هم نمی‌کند که دست و پاچلفتی باشید و ذهنتان پر از سوالات احمقانه باشد.

اگر زنها با این فرض شروع کنند که مردها بالاخره از آن دوره‌های تاریک بیرون آمده و وارد دوره‌ی تجدید حیات (رونسانس) شده‌اند، ممکن است واقعاً بتوانند اولین قدم‌ها را بردارند و پیشرفت کنند.

در پایان اوی موفق شد تا کارهایش را در نخستین روزهای سخت پدر شدن راست و ریست کند. پدر یا مادر بودن آنقدر مهم است که ذهن هرکسی را به خودش مشغول می‌کند. مدارس برای کسانی که به تازگی پدر شده‌اند که شامل اداره‌ی مینِ سوتاکی می‌شود که خود از آن بازدید کردم، مردان علاقمندی مثل اوی را نشان می‌دهد که بدنبال درک و حل مسائل مرموز در زمینه‌ی والدین هستند. آنها می‌دانند که یک پدر خوب بودن هیچ ربطی به یادگیری دست دادن محرمانه ندارد. اولین کاری که باید بکنند این است که کودکشان را در آغوش بکشند.

کمی جلوتر در مسیر آموزش، وقتی دیگر نیازی نیست که کودک پوشک شود، سطح دیگری از وظایف پدر بروز می‌کند که پدران باید با شوق آنها را انجام بدهند. در بخش تکمیلی «پدر امروزی» تلاش کردم بفهمم که آیا مردها آماده هستند تا نقش و وظایف جدیدشان را بپذیرند نقشی که به طور سنتی در گذشته به زنها محول شده بود. با ۳ مردی آشنا شدم که فعالانه درگیر تعلیم فرزندانشان بودند که مشغول تحصیل در دوره‌ی ابتدایی بودند. آنها زندگی‌های شغلی پر مشغله‌شان را با خواسته‌های «مادر آقا» تطبیق می‌دهند. آشپزی، نظافت، نظارت بر تکالیف، بردن بچه‌ها به مدرسه، بوسیدن زانوهای کبود شده بچه‌ها و داوری‌های پر سر و صدا همه‌ی کار روزانه آنها بودند.

ما همیشه می‌گوئیم که تصاویر به اندازه‌ی هزاران کلمه می‌ارزند، اما من فکر می‌کنم که بیشتر شبیه یک میلیون کلمه هستند. تصاویر این مردها و بچه‌هایشان شاهد گویایی هستند. هر یک از مردها جرئت کرده‌اند تا کاری را انجام بدهند که پدرانشان قادر نبودند انجام بدهند. آنها زمان، انرژی و سرمایه‌ی عاطفی‌شان را که قبلاً صرف کارشان می‌شد به صندوق پر بازده همه‌شان که همان خانواده است - واریز می‌کردند. و بزرگترین چیز این بود که برای آنها هر روز، روز پرداخت حقوق بود.

حرف "م" را بعلامت "مردانگی" تایپ کن:

اگر چه مردها خیلی تغییر می‌کنند، اما هیچ وقت نمی‌خواهند نقش مادرها را بپذیرند و زنان از خود می‌پرسند که آن‌ها چقدر از مردها می‌خواهند که تغییر کنند. آیا واقعاً از آن‌ها می‌خواهند که از مردانگی تنزل یابند؟

لی اسین رگ سردبیر سابق اسکویر می‌گوید مرد ایده‌ال کسی است که بطرزی موقر و حقیقتاً مردانه رفتار کند. مردانگی در رفتار است نه سبیل و صدای بم. من به توصیه‌های لی در ارزیابی‌ای که در میزگردی ارائه داد گوش کردم که مجموعه‌ای از انتقاد در مورد مردها بود." حقیقت این است که نقش‌ها تغییر کرده و مردها دیگر رفتارهای کلیشه‌ای را نمی‌پذیرند و همین طور زن‌ها." او در پاسخ به توضیحات عصبانی کننده‌تر می‌گوید: مردان و زنان روز به روز دوست، شرکت و همراه بهتری برای همدیگر می‌شوند. هر چه برایشان راحت‌تر است، همان را انجام می‌دهند. اگر مرد دوست داشته باشد به خانه بیاید و آشپزی کند به این خاطر که این کار برایش زحمتی ندارد، این کار را خواهد کرد. اگر زن در پول درآوردن بهتر از مرد باشد سراغ همین کار می‌رود. خیلی از کسانیکه می‌شناسم کاملاً عادی و طبیعی به نقش جدید احساسی‌شان تن می‌دهند، چرا که زندگی و ازدواج نوعی همراهی و مشارکت است نه نوعی تنبیه که زن و مرد به آن محکوم شده باشند و بسیاری از تصاویر و با عرض پوزش شخصیت‌های

کارتونی که فکر می‌کنم با آن‌ها سر و کار دارید، وجود خارجی ندارند... تغییر اجتماعی عمده راجع به زنان و مردان در شرف وقوع است.»

مردان که مدیون و سپاسگذار فشاری هستند که سال‌های اخیر متحمل شده‌اند، نیاز به کشف مجدد مردانگی‌شان دارند تا آن را از پس کاریکاتورهای کارتونی که لی ایسن برگ ذکر کرد، بیرون بکشند. خیلی از ما چگونه مرد بودن را فراموش کرده و غرق در تصورمان از مردانگی هستیم و فکر می‌کنیم جواب را یافته‌ایم.

به نظرم مرد به معنای واقعی کسی است که می‌خواهد فرصت و نقشی داشته باشد و فرقی هم برایش نمی‌کند که دیگران چه فکر می‌کنند و چه می‌گویند. او مردیست که می‌توان در مواقع اضطراری رویش حساب کرد. وقتی همه چیز بهم می‌ریزد این مرد است که می‌گوید: «خیلی خب عزیزان، این همان کاریست که می‌خواهیم انجام دهیم.» این همان کسی است که موقر و مقتدرانه از فرصت استفاده می‌کند تا کاری را انجام دهد. اگر زنان هم به چنین مردی پاسخ دهند، به این معنی نیست که آنها ضعیف و ناتوان هستند.

چرا باید برای محبت کردن به دیگری پتانسیل‌های او را سرکوب کنیم؟

خردمند ساختن بی‌خردی

مردانگی به معنای اخص کلمه می‌تواند مفهومی دردناک داشته باشد. خشم شدید موجب بروز خشونت می‌شود. آنها فکر می‌کنند که از حفظ زنی که دوستش دارند ناتوان مانده‌اند. این مردها نیاز به کمک داشته و مراکز بحران تجاوز دریافته‌اند که قربانیان تجاوز با تظاهر به این که می‌خواهند به آن‌ها توجه کرده و گوش بدهند تا حدی خود را نجات می‌دهند.

دومین تمام تغییراتی که در مورد آن‌ها بحث کردیم یک مسئله ثابت مانده است و منظورم از درد مردانگی همین مسئله است. او می‌خواهد متجاوز را بکشد و با فشار محض و تصمیم مهمش آسیبی را که دیده است، جبران کند. این کاملاً قابل فهم است. حقیقت این است که وقتی خشونت را وارد کابوس خشن‌تان می‌کنید، بیشتر صدمه می‌بینید.

در گفتگو با مردانی که چنین تجربه‌ای را داشته‌اند، متوجه شده‌ام همگی خود را سرزنش می‌کنند که چرا آنجا نبوده‌اند، حتی اگر چنین احتمالی وجود نداشته است. راننده تریلی که خارج از شهر مشغول کار است و مرد دیگری هم که زنش برای خرید بیرون رفته و در حال نگه داری از بچه‌ها در منزل است. در نتیجه احساس جرم طغیان کرده و سرریز می‌کند، انفجاری رخ می‌دهد و فشار حاصل از آن آسیب زیادی بوجود می‌آورد.

باید سوپاپ و راه خروجی وجود داشته باشد که مردها پس از چنین صدمه‌ای بتوانند صحبت و گریه کنند. باید راهی برای ابراز احساسات نابخردانه وجود داشته باشد وگرنه این احساسات به طریقی ویرانگر و غیر منطقی فوران می‌کند.

مردها همیشه نهایت تلاش‌شان را انجام می‌دهند اما از نظر زن‌ها کافی نیست. با آوردن خطی از شکسپیر " اشتباه در سرنوشت ما نیست، اشتباه از خودمان است." ضعفها و قدرتها آنچنان در هم پیچیده شده‌اند که در ترکیبی تنگاتنگ یکدیگر را حمایت و تقویت می‌کنند. تیرگی و روشنایی، خیر و شر. نمی‌توان گفت که چیزی تغییر نمی‌کند برای بهتر یا بدتر شدن، تغییرات به آهستگی ایجاد می‌شوند.

فصل پانزدهم

شاد بودن از آن پس برای همیشه

□□□

کلارک کنت را سرزنش کردم. گزارشگر خوش رفتار، زوجی از نسـل جوان بینندگان تلویزیون را مجاب کرد که آن‌ها برای هدفی واحد، بزرگ و پرورش یافته‌اند.

مرد قوی و زن قوی با هم زندگی می‌کنند. یا حداقـل بـرای آن تـلاش می‌کنند. عبارت " وجود دارد" شعاری بیش نیست. اما حقیقت این است که هیچ کس - هیچ کس - زندگی کاملی ندارد. زندگی مجموعه‌ای از بـده و بستان‌هاست. شما بدنیا آمده‌اید با این امید که در آخر ببینید آنچه که بدست آورده‌اید بیشتر از آن چیزی است که به دیگران داده‌اید.

قیمت ممکن است چند سنت یا نجومی باشد. " زن قوی" و " مرد قوی" فقط روی کاغذ جالب بنظر می‌رسند. اما صور تحسابی از چیزهای خوب در دست داریم. این موضوع رویایی ناممکن است و ما را افسرده می‌کند. بـا تصور قوی بودن به رویا می‌رویم. تمام آنچه که باید انجام دهید این است که قدری سخت‌تر کار کنید، بهتر لباس بپوشید، بیشتر با دیگران صمیمی شوید

و شادتر از همیشه زندگی کنید. خیلی از ما تلاش می‌کنیم این کار را انجام بدهیم، اما فایده‌ای ندارد.

فکر می‌کنم به تدریج احساس واقعی‌مان را درک می‌کنیم. این راه دشوار را آموخته‌ایم. ین بدان معنی نیست که مردها دوست دارند زمان را به "روزهای درخشان قبل" برگردانند. اولاً "روزهای درخشان قبل" آن قدرها هم خوب نیستند. دوم اینکه، روزهای بد آتی، آن قدرها هم بد نیستند. زن‌ها در جهت تغییر زمان پیش می‌روند، این تغییرات باارزش و هیجان‌انگیز است. آن‌ها زندان نقشهای زناشویی سنتی را ویران می‌کنند، اما هنوز می‌توانند زن بمانند. همین جریان در مورد مردها هم وجود دارد. ما پدران، عاشقان، دوستان و مردهای بهتری شده‌ایم اما هسته‌ی اصلی تغییر نکرده است.

مطمئناً کسانی هستند که می‌خواهند سوار بر چرخ زمان شده و دهه‌ی ۱۹۵۰ را مجدداً ببینند، آنهم وقتی که زنان جایگاه آنها را می‌دانند. عده‌ای هم هستند که می‌خواهند بزودی به روزهای بی‌دغدغه‌ی پیشین برگردند که در مدارسی با تبعیض نژادی در چشمه‌ی آب تفکیک شده، زندگی می‌کردند. طرز تفکر چنین افرادی قدیمی شده‌اند. پیشرفت واقعی در این کشور جریان دارد. هنوز تکامل نیافته‌ایم اما راه صحیح را پیدا کرده‌ایم.

یکی از اهدافی که از نوشتن این کتاب داشتم، برآورد مسافتی بود که پیموده‌ایم. این امر کمک می‌کند هر چند وقت یکبار به کیلومتر شمار نگاه کنیم. تمام آنچه می‌شنویم صدای یکسره‌طلبی است که منتقدانه از یاس و نومیدی مردان می‌گوید و هر گامی که پیش می‌رویم یک قدم به عقب برمی‌گردیم. این یکی ار مقوله‌هایی است که پیشگویی خودشکوفایی را به بار می‌آورد.

استراتژی اغوا

مورد آخر دفترچه یادداشتم به باربارا - مدیر عامل فروش که در حرفه‌اش بیش از ۹۹ درصد صعود کرده است - مربوط می‌شود. در سمیناری در جنوب غرب شرکت کردیم و باربارا در وقت استراحت اول مرا شناخت و به من گفت که او و شوهرش ازدواج رسمی نداشته و رابطه‌ی خارج از آن حیطه دارند. آنها با هم در ارتباطند و استراتژی‌های اغوا را بکار می‌گیرند و با هم ملاقات می‌کنند تا بیشتر با هم آشنا شوند.

از نظر من باربارا "زن قوی" و شوهرش هم "مرد قوی" ای است. او و همسرش هر دو کاملاً موفق هستند. از او پرسیدم شوهرش نسبت به شغل او چه نظری دارد. او به من گفت: "به کارت رسیدگی کن، اما وقتی به خانه می‌آیی، باید تمام توجهت به من باشد.

ایده‌آل‌ها و برخوردهای بد

پیشتر در مورد اصل سادگی مردها گفتم و احتمالاً این سادگی‌شان مانع برخی حالات خوب و بد در روابط‌شان می‌شود.

طرز لباس پوشیدن‌مان چیزهای زیادی راجع به عقایدمان می‌گوید. تبلیغات آخرین مدل شلوار لی، ژاکت و پالتو، زنان و مردان را به توپ می‌بندد. علی‌رغم این تبلیغات، مردان هنوز کت‌های بلیزر آبی رنگ قدیمی و پیراهن‌های دکمه‌دار قدیمی‌شان را می‌پوشند. بعضی مردها بیشتر به مُد اهمیت می‌دهند اما اکثرشان ساده لباس می‌پوشند.

مُد برای مردها زیاد اهمیت ندارد. ما دوست داریم شبیه رئیس‌ها لباس بپوشیم. وقتی رئیس جدیدی از کالیفرنیا برای اِد که فروشنده لوازم کامپیوتر است، می‌آید، یکی از مشتریان همیشگی او می‌گوید طی هفته‌هایی که

کمپانی فروش دارد، مردم ساعت رولکس طلایی دست می‌کنند و از ماشین‌های اروپایی گرانقیمت و عینک خلبانی استفاده می‌کنند. اِد می‌خندد. یک ساعت اوگای وینتج دارد. هرگز هم سوار وسیله‌ای بجز ماشین دبترویت، نمی‌شود.

آخر داستان را هم شما حدس بزنید. اِد ساعت رولکس دست کرده، عینک خلبانی زده و سوار ولوو است. فکر می‌کنم از دهه‌ی ۱۹۸۰ ماشین هم یکی از لوازم مُد شده باشد.

وقتی در خیابان رودئو دایو برای نمایش ثروت و موفقیت ماشین‌ها را توسط ریگان که رئیس جمهور بود به نمایش گذاشتند، این کار باب شد.

جعبه‌ی ابزار زن و مرد

لباس‌های یک مرد ابزار تجارت اوست، مثل چکش و پیچ گوشتی، چیزهایی که می‌پوشد اساساً مرتبط هستند. زنان هم وقت زیادی را صرف سِت کردن رنگ چشم‌ها با رنگ کیف و کفش‌شان می‌کنند. اما مردها کمتر دقت می‌کنند. من نمی‌گویم که میز آرایش‌تان را جمع کنید و کنار بگذارید و لباس کار بپوشید. علاقه‌تان به چنین چیزهایی پیچیدگی شما را بعنوان یک زن نشان می‌دهد و نبود چنین تمایلی در مردها هم سادگی آنها را می‌رساند.

جدال بین این پیچیدگی و سادگی تا درگیر شدن بر سر مدل‌های نقش زن و مرد ادامه می‌یابد و بین این دو کشمکش بوجود می‌آورد. وقتی رسانه‌ها نقش جدیدی را معرفی می‌کنند، مردم مشتاق می‌شوند به آن برسند. اما چرا مردها در این جریان کند حرکت می‌کنند؟ در اینجا مشکلی هست. سادگی و پیچیدگی با هم درگیر می‌شوند.

این همان چیزیست که گفتم. در بسیاری موارد مردها به چیزهایی که زن‌ها محو آن شده‌اند، اهمیت نمی‌دهند و به یک شکل واکنش نمی‌دهند. در

نتیجه به کندی تغییر می‌کنند.

فکر می‌کنم همین جا باید بحث را خاتمه دهیم که آیا این کندی در تغییر مفید است یا نه. شما باید راجع به آن تصمیم بگیرید.

کاربردهای قدرت

تصمیمات دیگری هم وجود دارند که باید گرفته شوند. دلیل نوشتن این کتاب جمع‌آوری اطلاعات راجع به مردها است تا بتوانید بر اساس آن‌ها چنین تصمیماتی را بگیرید و هیچ‌کس دیگر به جز شما نمی‌تواند چنین تصمیماتی را بگیرد. همه‌ی اینها ریشه در قدرت دارد. اگر شما این کار را نکنید، شوهرتان از آن‌ها استفاده خواهد کرد. کاری کنید که این قدرت در خدمت شما قرار گیرد. اما بدانید که قدرت بار سنگینی است. تدوین دستور جلسه برای یک رابطه، تفصیل اولویت‌ها و پیوسته پیروی کردن از آن، مشکل شما را حل نمی‌کند. پی بردن به اینکه مردی با برنامه‌ی زمانی متفاوتی کار می‌کند و منتظر ماندن برای دیدن او در نیمه راه، کار خوش‌آیندی نیست. انتخاب بین قدرتمندی و بی‌قدرتی است.

مردها بخاطر خودشان از قدرت استفاده می‌کنند. همیشه این کار را کرده و خواهند کرد، اما منظورم این نیست که قدرت او را بچنگ آورید. کار را به عهده کاردان بگذارید. با استفاده از قدرت زنانگی خود در قدرت آنها سهیم شوید.

حرف آخر و حرف‌های زشت

من شخص خوش‌بینی هستم و احساس خوبی نسبت به جایی که روانه‌ی آن هستم، دارم. توازنی وجود دارد. بهترین حالت در دنیای مردانگی و زنانگی در حال بهم پیوستن است. مدتی بود که بنظر می‌رسید در معرض خطر جدا شدن از هم و ایجاد ترکیبی نیمه زنانه و نیمه مردانه بودیم. اما مردهای مردانه و زن‌های زنانه در حال گرفتن بهای جدید زندگی‌اند. از یک لحاظ هیچ یک از دو کلمه‌ی زنانه و مردانه که در سرتاسر این کتاب استفاده کردیم، کلمات زشتی نیستند.

در همین بین، ایده‌های جدیدی که طی این ۲۵ سال به وجود آمده‌اند هنوز هم جرقه ایجاد می‌کنند. در تلاش برای به عقب برگشتن و دوباره به دور خود چرخیدن نیستیم، که در آنجا زن‌ها و مردها پابرهنه و آبستن هستند. اتفاقات خوبی در حال وقوع است که در یک نسل قبل قابل تصور نبود.

ما در حال یاد گرفتن چیزهایی هستیم که نسبت بهم نمی‌پسندیم یا برعکس دوست داریم. یاد می‌گیریم که چه چیزی را تغییر دهیم و چه زمانی باید دیگری را تنها بگذاریم. می‌آموزیم که زن‌ها و مردها با هم متفاوتند و این تفاوتها قدرتی مغناطیسی برای جذب ما به سمت عشق، تعهد و ازدواج به وجود می‌آورد.

کلاد و پنا همه‌ی این مسائل را دریافته‌اند. رابطه‌شان در پاریس شکل گرفت. او فرانسویست و زنش ایتالیایی. هیچ کدام هم به زبان مادری دیگری صحبت نمی‌کنند. کلاد خیلی خوب انگلیسی صحبت می‌کند. پنا هم با تقلید از روزنامه‌ها یاد گرفته است.

آنها برغم زبان‌های مختلف، ساعات رسمی مختلف کشورشان و

اولویتهایشان بهم رسیده‌اند. با این حال که جاده‌ی بین آنها پر از فراز و نشیب بوده آن‌ها یکدیگر را یافته و بهم رسیده‌اند. در واقع شریک زندگی‌شان را از آنسوی دنیا یافته‌اند.

تقدیر و تشکرات

صمیمانه ترین سپاس از جانسون و وارن فارل، که حامیان من در نوشتن این کتاب بوده‌اند.

و از بیان احساسم نسبت به مسئول ادبی کتابم مارگارت مک برایند و سردبیر باتجربه‌اش، وینی فرد گلدن، ناتوانم.

این افراد نه تنها پیشکسوت و برجسته بوده بلکه نهایت عشق و احساس را در جهت انجام این پروژه به خرج داده‌اند. من همکاری بهترین ویراستار را در تدوین کتاب داشته‌ام، ادریان راک هیم و دستیار نخبه‌اش، پام آلت کول که بهترین کتابم را تقدیمشان می‌کنم.

اجازه بدهید بیشترین سپاس را از ایستو فریدمن داشته باشم که سرپرست تهیه و تدوین مجله‌ی امروز است که به من فرصت داد ماجراجویی بزرگی را بعنوان گزارشگر مردان آغاز کنم.

شاید نتوانم اسامی تمامی کسانی که تجربیات، افکار و عقایدشان را با من سهیم شده‌اند بیاورم اما افراد بسیاری هستند که وقت گرانمایه‌شان را برای تألیف این کتاب صرف کرده‌اند، مِری کلارک، تد هانا، بونی همر، برنارد دورن بوش، دیوید گلدن، مارک لوبین، جان فلارتی، بت میناردی، گی موریس، دبرا بنتون، جین برگر، لانس گراس، استفانی لاگ وایر، جان اوالت، تری برونوکو، کریس هرتی و سالی استوارت.

جا دارد که از خانواده‌ام در اینجا تشکر کنم: برادرم بیل برکوویتز، از برادر ناتنی‌هایم، نیل نیومن و هاروی ریچ و خواهر خوانده‌ام، سیندی

نیومن.

در آخر هم سپاس و قدردانی خاص از پدر و مادرم دارم. بعضی بچه‌های خوشبخت در پدر و مادر خوب دارند و من از ۴ تا پدر و مادر خوب بهره‌مند شدم. پدرم برنارد برکوویتز، مادرم دی ریچ، مادر خوانده‌ام میلدرد نیومن و پدر خوانده‌اه منی ریچ.

این افراد بودند که نه تنها به من آموختند که مرد باشم بلکه یک مرد خوب بودن را هم به من یاد دادند.